

ཕྱི་ལོ་
སྤྱོད་གསུང་
དང་སྤྱོད་གྱི་
གསུང་འབྲུག་
བཞུགས།

ཆོ་ག་དང་
སྤྱོད་ཐབས་
བསྐྱེད་གསུང་
བཅས་ཀྱི་
སྒྲིམ།

6

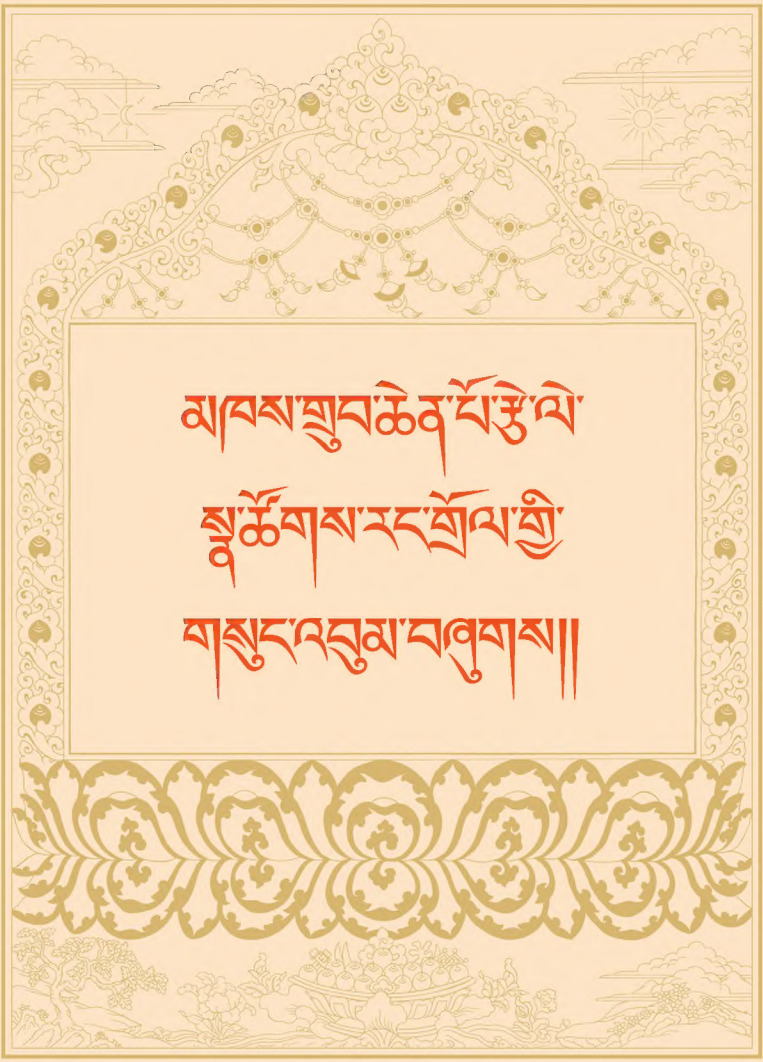
ཕྱི་ལོ་སྤྱོད་གསུང་དང་སྤྱོད་གྱི་གསུང་འབྲུག་ བཞུགས་སོ།



དབ་རྒྱལ་བ།



DHARMA



མཁས་གྲུབ་ཆེན་པོ་ཅེ་ལེ་
སྒྲོ་ཆོག་ས་རང་གྲོལ་གྱི་
གསུང་འབུམ་བཞུགས།



ॐ ग्राह्यैव द्रव्यं वायव्यागिधिर्द्रव्यं ॐ ग्राह्यैव द्रव्यं वायव्यागिधिर्द्रव्यं

ལམས་ཐུབ་ཆེན་པོ་ཕུ་ལེ་སྒྲོལ་པ་རང་གྲོལ་གྱི་གསུང་འབུམ་བཞུགས།

Designed and edited by Tarthang Tulku
Produced under his direction by the Yeshe De staff

Copyright © 2022 by Dharma Publishing
All Rights Reserved

དབ་འདྲིའི་ནང་གི་ཡིག་ཆ་དང་རིམ་མཐོང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཁྲིམས་ལུགས་ལྟར་སྤྱགས་བཀག་མཛོད་ལ།

ISBN: 978-0-89800-305-5

LCCN: 2022943011

No part of this publication, including, but not limited to, texts, artwork, line drawings, charts, lists, photographs may be reproduced, transmitted, or copied in any form by any means without express prior written permission of the publisher.

Published for the purpose of extending the longevity of the Dharma, the continuation of the education of the Sangha, and the preservation of fourteen centuries of Tibetan culture.

Printed in the U.S.A. by Dharma Mangalam Press

ཡེ་ཤེས་སྤྲེའི་ཆོས་པ་ཁང་ནས་ཆོས་སྤྱི་ཆེད་དུ་སྤུལ་བ་དགོ་ལེགས་འཕེལ།

Special Edition for free distribution to the Sangha

Collected Works of
mKhas grub chen po rTse le sna tshogs rang grol
7 volumes, 2,000 copies

DHARMA



PUBLISHING

May the merit generated by
publishing this precious collection of
texts by mKhas grub chen po rtse le
sna tshogs rang grol be dedicated
to the longevity of the Dharma,
to its continued transmission
to future generations of the Sangha,
and to the perfect liberation
of all sentient beings.



དེབ་རྒྱལ་པའི་དཀར་ཆས།

ཐལ་ལཱ་བཟའ་པའི་སྒྲིལ་ཆ།

ཡིག་རྩལ་གི་དམིགས་རིམ་མདོར་བསྡུས། 1

བྱང་ཕྱོད་རྒྱུ་བྱུ་བྱེད་དུ་ཉམས་ཐུགས་སྤྲངས་པའི་ཆོ་ག་
 རིག་ཆེན་རྒྱ་བྱུ་བྱེད་བྱེད་༥

དཔལ་ལྷན་གྱི་མཐོང་སྒྲུབ་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་
 རེ་ཤིང་རྩིས་ལྟར་ཆུ་རླུང་། 33

ཐལ་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་བརྒྱུད་འཕོགས་ཆོག་ཐུང་བའི་གྲུ་གཟིངས། 71

གྲོགས་བཅུ་ལྔ་།

བླ་མ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེ་ཏྲི་ག་ཤིང་མཛེས་ཀྱི་
 དགོངས་དོན་མདོར་བསྟུས་པ་ངེས་དོན་སྟོང་པོ། 183
 རིག་འཛིན་རྩ་བའི་གཏེར་ཁ་ཟུར་པ་ཡང་གསང་བླ་མེད་ཀྱི་
 བསྟོན་སྒྲུབ་དམིགས་རིམ་ཟིན་གྱིས། 195
 ཡི་དམ་གཉིད་པོ་ལྟ་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་བཞུས་ཟབ་མོ། 201
 དུག་དོར་སྒྲོབས་པོ་ཆེའི་ཉམས་ལེན་རྒྱུན་ཁྲིར་ཟིན་གྱིས། 207
 ལུ་རྩལ་གསུབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རྒྱུན་ཁྲིར་ཟིན་གྱིས། 221
 དབང་དུག་འབར་བའི་དབང་བསྐྱར་གྱི་ཟིན་གྱིས། 231

དགོན་མཆོག་གི་བྱང་ཐུ་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་ལ་ ཉེ་བར་མཁོ་བ།	237
ཆུ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་ བཀོད་པ་བལྟས་ཆོག་བདུད་རྩིའི་འདོད་འཛེ།	241
གཏོར་མའི་ལྟན་ཐབས་ཀྱི་རིགས་ཉེ་བར་མཁོ་བ་འགའ་ཞིག་ . .	257
བྲུལ་གཏོར་ཆུ་ལྔ་པའི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ།	267
བྲུལ་གཏོར་རྒྱལ་བའི་ཀྱི་དོགས་གཙོ་ རྩིས་ལན་གྱི་འཕྲོས་དོན་འགའ།	276
ཆུ་གཏོར་ཤིན་ཏུ་བསྡུས་པ་ཉམས་སྲུབ་བའི་ཐབས་ ཡིད་བཞིན་སྟོང་པོ་ཞེས་བྱ་བ།	281
གསུམ་མཆོད་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་སྤང་ཞེས་བྱ་བ།	291

བསང་གསུང་བསྐྱོད་པའི་ཆོ་ག་རྒྱུ་པ་ཐིམ་ལས་ཐུང་འབྲུབ་
འདོད་འབྱུང་ཡིད་བཞིན་སྒྲིབ་ཐུང་། 295

གསང་སྒྲགས་ནང་གཏོར་གྱི་ངག་འདོན་བདུད་ཅིང་
སྒྲབས་སྒྲེང་ཞེས་བྱ་བ། 305

སྒྲ་སྒྲུབ་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལུན་སེལ་གྱི་གཏོར་བསྐྱོས། 311

མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྟ་གཉན་ཆེན་པོ་གངས་ལྟ་རྒྱལ་པོའི་
གསེལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་རིམ། 315

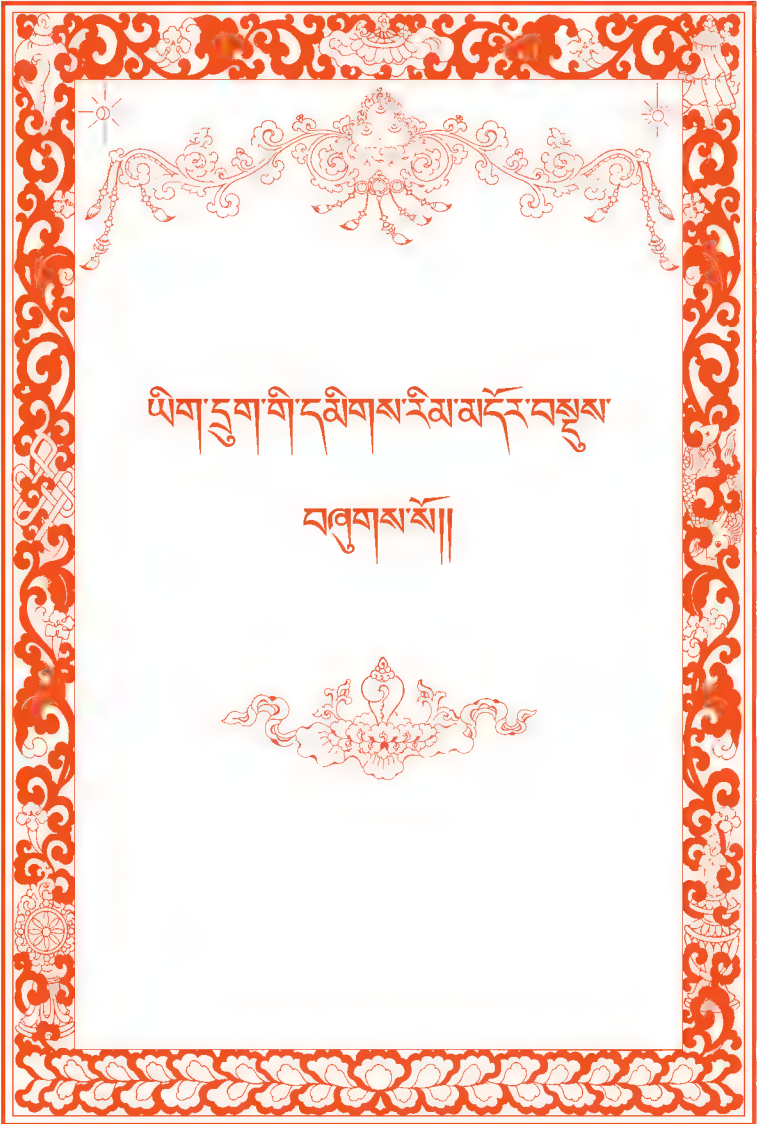
ཆོ་གས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་རྣམ་པར་བཤད་པ་མདོར་བསྡུས་
ཉི་བར་མཁོ་བ་དངོས་གྲུབ་སྒྲུང་ཅིང་ཟིལ་མངའ། 337

ཆོ་གས་མཆོད་ཀྱི་བྱ་བ་བསྡུས་པ། 345

སྒྲ་མ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ཆོ་གས་རིམ་ཟབ་མོ་བདུད་གྱི་
གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་སྒྲིབ་ངག་འདོན་ཉམས་སྒྲུབ་བའི་རིམ་པ། . . 349

ཐུགས་རྒྱུད་པོ་ཡང་སྟོང་འདུས་པའི་
དབང་བསྐྱར་གྱི་ལས་རིམ་ནི་ལྟར་བྲུཿ། 401





ཡིག་རྒྱག་གི་དམིགས་རིམ་མདོར་བསྡུས་

བཞུགས་སོ།

༡༡། །ཡིག་དྲུག་གི་དམིགས་རིམ་མདོར་བསྡུས་

བཞག་སེ།

སྡིེ འཁོར་འདས་སྣོད་བཅུད་གདོད་ནས་དག་པའི་དབྱིངས།

འགག་མེད་རང་གསལ་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་གནས་ཀྱུ།

ནམ་དག་ཁིང་ཁམས་རི་བོ་རྒྱལ་ཉིད།

བདག་གཞན་སྐྱེ་འགྲོའི་ཕུང་ཁམས་དབང་ནམས།

འཕགས་མཆོག་སྒྱུ་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲུང་ཐུགས།

སྒྲུང་ཁམས་རང་བཞིན་མ་གྲུབ་འོད་ཀྱི་སྒྲུ།

དཀར་གསལ་ཁི་འཛུམ་ཁལ་གཅིག་ཕྱག་བཞི་བ།

དང་པོའི་ཕྱག་གཉིས་ཐུགས་ཀར་ཐལ་མོ་སྒྱུར།

འོག་མ་གཡས་གཡོན་ཤེལ་སྒྲེང་བད་དཀར་འཛིན།

འོངས་སྒྲུའི་ཆ་ལུགས་བད་ཟླར་རྟོར་དཀྱིལ་བཞགས།

སྒྱིག་ཅུག་སྒྲུམ་འོད་དཔག་མེད་པས་མཆོན།

ཐུགས་ཀར་བསྐྱེད་འདབ་དྲུག་ལྟེ་བར་སྡིེ

བྱང་སྤེལ་རྒྱུན་བྱིར་དུ་ཉམས་སྲུབ་བྱངས་པའི་

ཆོ་ག་རིག་ཆེན་ལྷ་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་

བཞུགས་སོ།།



༥ ཚད་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེའི་མངའ་བདག་སངས་རྒྱས་དང་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་
ཕྱག་འཆའ་ལོ།

ཐེག་ཆེན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚོག་འཛིན་པ་
གསུམ་ལས། ཟབ་མོ་ལྟ་བུའི་རྒྱུད་པ་ལས་བྱུང་བ་བཞི་ལྟར་བྱེད་ཏུ་
ཉམས་སྦྱང་བའི་ཐབས་ནི། སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ལས། སྦྱོར་བའི་
ཚོགས་བསགས་པ། དངོས་གཞི་སྒྲུབས་སེམས་བྱང་བ། རྗེས་སྦྱོར་
བསྐྱེད་ཅིང་སྦྱོར་ལམ་གདབ་པ་ནམས་ལས་དང་པོ་ནི། རྟོན་གྱི་བྱུང་ཏུ་
མཆོད་པ་བཤམས་པ་ནི། རང་གི་མདུན་གྱི་ཐམ་མཁར་དཀོན་མཆོག་
མ་ལུས་པ་བསྐྱེད་ལ། དད་གུས་བྲག་པོས་ཚོག་དོན་མཐུན་པས་འདི་ལྟར་
ཉམས་སྦྱང་བར་བྱའོ།

སྦྱོགས་བརྩུ་དུས་གསུམ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་།
ཚོས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚོགས་མཆོག་ལ།
བདག་དང་ཕ་མ་མཁའ་མ་ཉམ་སེམས་ཅན་རྣམས་།
གངས་མེད་ལུས་བརྟུང་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

བྱང་ལྷོ་མ་རྒྱུ་ཁྱིམ་དུ་ཉལ་ས་སྤངས་པའི་ཚོག་འཛོམས་ལྷོ་མ་

སེམས་ཅན་གྲངས་མཐའ་ཡས་ལ་ཡུན་རིང་དུ།
བདེ་བར་གཤེགས་པའི་བདེ་བ་བླ་ན་མེད།
ཡིད་ལ་བསམ་པ་མཐའ་དག་རྩོགས་བྱེད་པ།
བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་ཀྱི་གཞི་རྣམས་དང་།
མཚོད་རྟེན་ཀུན་ལས་བདག་ཕྱག་འཚལ།
ལཁན་པོ་དེ་བཞིན་སྒྲོབ་དཔོན་དང་།
བརྟུལ་ཞུགས་མཚོག་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

མཚོད་པའི།
འཛོམས་སེམས་དེ་གཟུང་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྣམས་དང་དམ་པའི་ཚོས།
དཀོན་མཆོག་དྲིམ་མེད་དང་སངས་རྒྱས་སྐུ་མ།
ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ་རྣམས་ལ་གུས་པས་མཚོད།

དངོས་བཤམས་ཡིད་ཀྱིས་སྒྲུལ་དང་བློས་བྱངས་པའི།
མཚོད་པའི་དངོས་པོ་ནམ་ལཁའ་རབ་འབྱམས་ཁམས།
ཡོངས་བཀའ་མཚོད་འོས་རྣམས་ལ་བདག་འབྱུལ་གྱིས།
ལཁའ་བྱུང་འགྲོ་བའི་དོན་དུ་བཞུགས་སུ་གསོལ།

རྒྱལ་དང་དེ་སྐུལ་རྣམས་ལ་བདག་གི་ནི།
 ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་གཏན་དུ་འབྱུང་བ་བྱི་ན།
 སེམས་དཔའ་མཆོག་རྣམས་བདག་གི་ཡོངས་བཞེས་ཤིག།
 ལུས་པས་བྲིད་ཀྱིས་འབངས་སུ་འཆི་བར་བྱི།

སྤྱིག་བཤགས་ནི།
 སྤྱིགས་རྣམས་ཀྱུན་ན་བཞུགས་པ་ཡི།
 རྗེས་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས།
 རྒྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་མངའ་རྣམས་ལ།
 ཐལ་མོ་སྦྱར་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།

ཐོག་མ་མེད་ལྟན་འཁོར་བ་ན།
 ཚོ་རབས་འདི་ལྟ་གཞན་དག་ལ།
 བདག་གིས་མ་འཆོལ་སྤྱིག་བྱིས་པའི།
 བྱིད་དུ་སྦྱུང་བ་ཉིད་དང་ནི།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་གང་བྱིས་པའི།
 རོངས་པ་དེ་ནི་མཐོལ་བྱིས་ནས།
 བསམ་པ་ཐུག་པས་མཐོན་ལ་བཤགས།
 བདག་གིས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་དང་ནི།

བ་མའམ་སྒྲ་མ་གཞན་དག་ལ།
 ཉེན་མོངས་སྒྲོ་ནས་ལུས་དག་དང་།
 ཡིད་གྱིས་གཞོང་བགྱིས་གང་ལགས་དང་།
 ཉེས་པ་དུ་མའི་སྒྲོ་བཞགས་པའི།
 སྤྱི་ལ་ཅན་བདག་གིས་སྤྱི་ལ་གང་།
 ཤིན་རྒྱུ་མི་བཟང་བགྱིས་པ་དག།
 ཐམས་ཅད་འདྲེན་པ་རྣམས་ལ་བཤགས།
 བདག་ནི་མི་ཤེས་གཏི་ལྷག་པས།
 རང་བཞིན་ཁ་ན་མ་ཐོབ་པའི།
 བཅས་པ་སྤྱི་ལ་གང་ཡིན་ལས།
 གང་ཡང་རྒྱུ་བ་བགྱིས་པ་རྣམས།
 མཐོན་པོའི་སྒྲོ་བ་སྤྱད་མཛོད་སྒྲུ་དུ།
 དེད་ག་ཐམས་ཅད་བཤགས་པར་བགྱི།
 འདྲེན་པ་རྣམས་ཀྱི་བདག་གི་སྤྱི་ལ།
 བོངས་པ་ལག་པར་གཟུང་དུ་གསོལ།
 འདི་ནི་བཟང་པོ་མ་ལགས་པས།
 སྒྲོ་བཞག་ནི་ཡོངས་མི་བགྱིད།

རྒྱུ་ལྷ་ཡི་རང་ལྗི།
 སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དན་སོང་གི།
 སྐྱབ་བསྐྱལ་དལ་གསེའི་དགོ་བ་དང་།
 སྐྱབ་བསྐྱལ་ཅན་དག་བདེར་གནས་ལ།
 དགའ་བས་རྒྱུ་ལྷ་ཡི་རང་དོ།

བྱང་ཚུབ་རྒྱུར་གྱུར་དགོ་བས་གསེའ་བ།
 དེ་ལ་རྒྱུ་ལྷ་ཡི་རང་དོ།
 ལུས་ཅན་ལ་ཁོར་བའི་སྐྱབ་བསྐྱལ་ལས།
 དེས་པར་ཐར་ལ་ཡི་རང་དོ།

སྐྱོབ་པ་ནམས་ཀྱིས་བྱང་ཚུབ་དང་།
 རྒྱལ་སྐྱེས་སེམས་ལའང་ཡི་རང་དོ།
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པན་མཛད་པའི།
 སྐྱབ་བསྐྱེད་དགོ་བ་རྒྱུ་མཚོ་དང་།

སེམས་ཅན་པན་པར་མཛད་པ་ལ།
 དགའ་བས་རྒྱུ་ལྷ་ཡི་རང་དོ།

ཚོས་ལ་ཁོར་བ་སྐྱལ་བ་ལྗི།
 རྩོགས་ནམས་ཀུན་གྱི་སངས་རྒྱལ་ལ།
 ཐལ་མོ་སྐྱུར་ཏེ་གསོལ་བ་ལྗི།

སེམས་ཅན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལུག་འཕྲོམ་ལ།
ཆོས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་སྤྱང་དུ་གསོལ།

མ་འོག་ཉེན་མོངས་སྤྱང་སྤྱང་པའི་འགྲོ།
ཆོས་ཀྱི་སྤྱང་བས་བྱུང་མཛད་གསོལ།
ལྷུལ་བའི་གཙང་རྩྭ་སྤྱུ་འཛིན།
དམ་ཆོས་བདུད་རྩིས་གསོལ་མཛད་གསོལ།

༥ གསོལ་བའི་ཡན་ལག་ནི།
ཕྱོགས་བརྒྱ་མཐའ་ཡས་ཞིང་ནམས་ཀྱི།
སྤྱུལ་བ་ལྷ་དན་འདྲེན་པའི་ལ།
ཐལ་མོ་སྤྱང་ཏེ་གསོལ་བ་ནི།
མཁའ་པོ་མཆོག་ཉིད་ཁམས་གསུམ་གྱི།

ཐར་པའི་ལམ་ལུག་དམིགས་བྱ་རྟེ།
གང་ཆོ་ཞི་བའི་དབྱིངས་བཞུགས་པས།
འགྲོ་འདི་སྤྱང་སྤྱང་པའི་འགྲོ་འདི།
བསྐྱེད་པ་གྲངས་མེད་བཞུགས་པའི་གསོལ།

དག་བ་བསྐྱེད་བའི།
དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀྱུན་བྱས་ཏེ།
དག་བ་བདག་གིས་བསམགས་པ་གང་།

དེས་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
 སྒྲིབ་བསྒྲུབ་མཐའ་དག་སེམས་བར་ཤོག།
 བདག་གི་བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ནི།
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་ལུས་པ།
 སྒྲིབ་པ་ཐམས་ཅད་སྦྲངས་ནས་ནི།
 ཏྲ་ཏྲ་དག་བ་སྦྱོང་པར་ཤོག།
 བདག་ནི་མཐོན་མེད་ནམས་ཀྱི་མཐོན།
 ལམ་ཁྱགས་ནམས་ཀྱིས་དེད་དཔོན་དང་།
 བཀའ་འདོད་ནམས་ཀྱི་སྒྲུང་དཔོན།
 གཞིངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་སྒྱུར་ཅིག།
 ས་སོགས་འབྱུང་བ་ཆེན་པོ་དང་།
 བམ་མཁའ་བཞིན་དུ་ཏྲ་ཏྲ་པར་ཡང་།
 སེམས་ཅན་དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡི།
 རྒྱལ་མང་ཉིར་འཆོའི་གཞིར་ཡང་ཤོག།
 དེ་བཞིན་རྒྱལ་མཁའི་མཐའ་གཏུགས་པའི།
 སེམས་ཅན་ཁམས་ནམས་རྒྱལ་ཀྱི་བྱ་ཏུ།
 ཐམས་ཅད་ལྷ་དཔོན་འདུལ་བར་དུ།
 བདག་ནི་ཉིར་འཆོའི་སྒྲུང་སྒྱུར་ཤོག།

དེ་ལྟར་སྒྲོལ་གྱི་བཤེར་ག་ཤེགས་ཀྱིས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཅི་བསྐྱེད་པ་དང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ལ།

དེ་ལྟར་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར།

བདག་ཀྱང་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ཅི་བསྐྱེད་བགྱིའིང་།

དེ་བཞིན་དུ་ཅི་བསྐྱབ་པ་ལའང་།

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་པར་བགྱི།

ཞེས་ལན་གསུམ་དུ་འཁྱེད་ཀྱིས་བྲངས་པས་སྒྲོལ་འཇུག་གཉིས་ཀ་ཐོབ་པ་ཡིན་ལོ།

༥ གསུམ་པ་སྒྲོལ་བསྐྱེད་སྒྲོལ་ལམ་དང་བཅས་པ་ནི། དེ་ལྟར་བྱང་སེམས་
 ཅིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཐོབ་པས་དེ་ནི་སངས་རྒྱུས་སྐྱབ་པ་ལ་མ་འབད་ན་མི་རུང་བས།
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ནམས་ལ་སྤངས་སྤང་ཆུ་ལ་བཞིན་འབད་པར་བྱའོ་སྒྲུམ་
 པའི་ཡིད་དམ་བརྟན་པོ་བྱའིང་།

དང་འདྲར་བདག་ཆོའ་འབྲས་བུ་ཡོད།

མི་ཡི་མྱིང་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།

དེ་རིང་སངས་རྒྱུས་རིགས་སྐྱེས།

སངས་རྒྱུས་སྐྱུང་སྐྱུང་རྟོ།

དཀྱིལ་དཀྱིལ་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་།

རིག་སྤྱོད་དང་མཐུན་པའི་ལས་བཅུ་མས་ཏེ།

སྤྱོད་མེད་བཅུན་པའི་རིག་སྤྱོད་འདི་ལ།

སྤྱོད་པར་མི་འགྱུར་དེ་ལྟར་བྱ།

འགྲོ་བའི་མགྲོན་པོ་སྤྱོད་པའི་ལས་སྤྱོད་ཀྱིང་།

བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་ལ།

འདི་ནི་བདེ་བའི་མཚོགས་ཏུ་ཉེར་གཏད་ནས་།

མཐུན་པ་ཅན་མགྲོན་ཆེན་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

བདག་གིས་དེ་རིང་སྤྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་།

སྤྱོད་སྤྱོད་འགྲོ་བ་བདེར་གཤེགས་ཉིད་དང་ནི།

བར་དུ་བདེ་ལ་མགྲོན་དུ་བོས་ཟིན་གྱིས་།

ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ལ་སོགས་དག་འབར་གྱིས་།

མཐུན་པ་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྡན་སྤྱོད་ཅིག་།

དན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་ཏུགས་ཏུ་སྤྱོད་པར་ཤོག་།

བྱང་རྒྱུ་བ་མཐུན་དཔའ་གད་དག་སར་ཁྱེད་སྤྱོད་པ།

དེ་དག་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ལ་འགྱུར་སྤྱོད་ཅིག་།

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།
 ཐོབ་ནས་ཉིས་པའི་དབྱ་ནམས་པམ་བྱས་ཏེ།
 སྒྲིག་ན་འཆིའི་བློ་དང་ལུགས་པ་ཡི།
 སྤྲིད་པའི་མཆོལ་ས་འགྲོ་ཀྱུ་རྒྱ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།

ཟབ་མོལ་རྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་བྱང་སྒྲིལ་ལེན་ཆོག། །ཕུན་དང་པོའི་ཉམས་ལེན་རྫོགས་སོ།

༥ རྒྱུ་ཆེན་སྒྲིབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་བྱང་བ་ལས། སྒྲོལ་འཇུག་གཉིས་ལ་སྒྲུབ་
 དངོས་རྫོགས་གསུམ་གྱི། སྒྲུབ་པ་ལ་གསོལ་གདབ། རྒྱབས་འགྲོ། ཆོགས་བསགས་
 གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི། དཀོན་མཆོག་ནམས་ལ་དད་གུས་སྤྲིང་ཐག་པ་ནས་བསྐྱེད་ཅིང་
 ཆོག་རྫོགས་སུ་དོན་གསལ་ལ། རྒྱུགས་བརྩུ་བ་བཀུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་
 རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཇི་ལྟར་སྒྲོལ་གྱི་དེ་
 བཞིན་གཤེགས་པ་དབྱ་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ནམས་དང་།
 བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་སེམས་ཆེན་པོ་ལ་བཀུགས་པ་ནམས་ཀྱིས་
 དང་པོར་སྒྲོ་བ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུབ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དེ་
 བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱེད་པ་ཡང་། རྒྱུགས་བརྩུ་བའི་སངས་རྒྱུས་དང་
 བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲོ་བ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་
 རྒྱུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་བོ།

གཅིག་ཏུ་དོན་དམ་མཆོག་གྱུར་པའི།

ཞི་གྱུར་ཚོས་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

ཐོལ་ནས་ཐོལ་བའི་ལམ་ཡང་སྟོན།

བསྐྱབ་པ་དག་ལ་རབ་ཏུ་གྱུས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སར་བཞུགས་པའི།

དགོ་འདུན་ལ་ཡང་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

སྟོང་དང་འོག་དང་བར་དག་དང་།

ཕྱོགས་དང་ཕྱོགས་མཆོམས་ནམས་སྐྱེ་ཡང་།

སྐྱུར་བཅས་སྐྱུར་ནི་མེད་པ་ཡི།

མཆོད་རྟེན་ནམས་ལ་འང་བདག་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

ཕྱག་བྱུར་འོས་པ་ཐམས་ཅད་ལ།

ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

མཆོད་ཡོན་མེ་རྟོག་བདུག་སྟོས་དང་།

སྒྲུབ་གསལ་བྲི་ཆབ་ཞལ་ཟས་དང་།

གདུགས་དང་རྒྱལ་མཆོན་པོལ་མོའི་སྒྲ།

སྒྲམ་འོམ་གསལ་དང་དཀོན་མཆོག་མཆོད་།

འཛིག་རྟེན་ཁམས་ནི་མཐའ་ཡས་པར།

བདག་པོས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་བའི།

མཆོད་པའི་ཡོ་བྱང་ཅི་མཆིས་པ།
 སྒྲོ་ཡིས་སྒྲངས་ཏེ་དབྱེ་ལ་བར་བསྒྲི།
 རབ་དང་ཡིད་ལས་བྱུང་བྱུར་པའི།
 མཆོད་པའི་སྒྲིབ་གྲི་སྒྲུང་པོ་འི།
 ལམ་འདང་མཉམ་པ་དུ་མ་ཡིས།
 ཡོན་ཏན་སྒྲི་མཆོ་སྒྲི་བཅས་མཆོད།
 དེད་ནས་བྱང་ལྷོ་བྱེད་པོ་འི་བར།
 བདག་གི་ལུས་དང་ཡོངས་སྒྲིད་དང།
 དུས་གསུམ་རྒྱལ་པའི་དངོས་པོ་རྣམས།
 ལུས་པ་བྲིད་ལ་དབྱེ་ལ་བར་བསྒྲི།
 གྲུབ་ནས་གཟིགས་པའི་སྒྲིབ་ལྷོ་པའི།
 ཡོན་གནས་དམ་པ་བྲིད་རྣམས་ཀྱིས།
 བདག་ལ་བརྟེན་བས་ཉེར་དགོངས་ནས།
 བདག་གི་འདི་དག་བཞེས་སྒྲི་གསོལ།

དེ་ནས་དངོས་གཞི་སྒྲིབ་སེམས་བསྒྲིད་པ་ནི། ལམ་འདྲུབ་པ་མ་སེམས་ཅན་
 ལ་བྱུངས་སྒྲིད་ཆེ་དག་པོ་དང་ལྷོ་པས། སྒྲིགས་བརྟེན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་
 དང་བྱང་ལྷོ་བྱེད་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སྒྲི་གསོལ། བདག་མིང་
 འདི་ཞེས་བསྒྲི་བ། སྒྲི་བ་འདི་དང་སྒྲི་བ་གཞན་དང་གཞན་དག་ཏུ། སྒྲིབ་པའི་རང་

བཞིན་དང་ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་སྒྲོམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགེ་བའི་ཕྱ་བ་ཅི་
 བགྱིས་པ་དང་བགྱིད་དུ་སྒྲུལ་བ་དང་བགྱིད་པ་ལ་ཇེས་སྒྲུལ་ཡི་རང་བའི་དགེ་བའི་ཕྱ་
 བ་དང་། ཇི་ལྟར་སྒྲོམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པ་ཇེས་གས་
 པའི་སངས་རྒྱུས་ནམས་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་སེམས་
 དཔལ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་ཇེས་གས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བྱུགས་
 བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་
 བཟུང་སྟེ་ཇི་སྤྱིད་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྟིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ། སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་
 པར་ཇེས་གས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཆེན་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པར་བགྱིདོ། །སེམས་ཅན་ལ་
 བསྐྱེད་པ་ནམས་བསྐྱེད་པ་བགྱིདོ། །མ་གྲོལ་བ་ནམས་དགྲོལ་བར་བགྱིདོ། །
 དབྱུགས་མ་སྤྱོད་པ་ནམས་དབྱུགས་དབྱུང་བར་བགྱིདོ། །ཡོངས་སྒྲུབ་ལ་ལས་མ་
 འདས་པ་ནམས་ཡོངས་སྒྲུབ་ལས་སྒྲོམ་བར་བགྱིདོ།

ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་སྒྲོམ་སེམས་སྐྱེས་པར་ངེས་ཤེས་བྱུགས། དེའི་བསྐྱེད་
 བྱ་ནམས་ལ་འབད་དོ།

སྒྲོམ།

དེང་འདྲིར་བདག་ཆོའམ་བསྐྱེད་པ་ལྟེན་ལྟེན་དུ་ཡིད།

སོགས་ཀྱིས་གཟེངས་བསྐྱེད་པ་ཡང་བྱུལ།

བསྟུན།
བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་འཛིན་པོ་ཆེ།
མ་སྐྱེས་པ་ནམས་སྐྱེས་སྤྱུར་ཅིག།
སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།
གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།
ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གདབ་བོ།

དེ་ལྟར་སྒྲོན་སེམས་བསྐྱེད་ནས།

༥ འཇུག་པའི་སྤྱོད་པ་བྱང་བ་ལ་ཡང་གསོལ་བ་གདབ་པ། འདུན་པ་
གསོལ་བ། ལྷུང་དུ་བསྐྱལ་བ། བར་ཆད་དང་མི་ལྡན་པར་ཁས་བླངས་ཤིང་བསྐྱལ་བ་
དངོས་ལེན་པ་ནམས་ཀྱི་དང་པོ་ནི། སྤྱོད་པ་བཅུ་དྲུག་གཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་དང་
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ལས་བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་གྱི་མེས་པ་
ཡང་དག་པར་བྱང་བར་ལེན་པར་འཆོལ་གྱི། དེ་ལ་གཞོན་པ་མ་མཆིས་ན་
བདག་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྤྱང་དུ་རྩེད་ཅན་གསལ་ཅིང་རྩལ་བའི་རིགས་སོ། །
ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་དོ།

གཉིས་པ་ནི། འདི་ལྟར་བདག་སེམས་ཅན་མཁལ་བ་ནམས་བསྐྱལ་བ་དང་།
མ་གྲོལ་བ་ནམས་དགྲོལ་བ་དང་། དབྱུགས་མ་སྤྱོད་པ་ནམས་དབྱུགས་དབྱུང་
བ་དང་། ཡོངས་སྤྱོད་པ་ནམས་མ་འདས་པ་ནམས་ཡོངས་སྤྱོད་པ་ནམས་སྤོང་བ་དང་།

སངས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འདོད་ཅིང་། དེ་དག་ལ་བདག་སེམས་བསྐྱེད་
པ་བརྟན་པ་དང་ཡིད་དམ་བརྟན་པར་བགྱིའོ།

གསུམ་པ་ནི། རང་གི་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་མཛུལ་དུ་
འབུལ་ཞིང་གསོལ་བ་གདབ་སྟེ།

དངོས་སུ་བཤམས་དང་ཡིད་གིས་སྤུལ།

བདག་པོས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་དང་།

སྤྲོ་བ་མེད་པའི་མཆོད་པའི་ཆོག་ས།

མ་ལུས་སྤོ་ཡིས་སྤངས་ཏེ་འབུལ།

བདག་གི་ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དང་།

དུས་གསུམ་དག་གི་བའི་དངོས་པོ་ཀྱུན་།

མ་ལུས་དཀོན་མཆོག་སྤྲོ་བ་ལྡན་འབུལ།

འཕྲོ་བའི་སྐྱབས་སུ་ར་འཆང་རྒྱ་ཤོག།

ཕྱོགས་བརྩུ་བ་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ཐམས་
ཅད་གིས་བདག་ལ་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྱིས་མ་པ་ཡང་དག་པར་སྤང་
བར་རྒྱུར་དུ་སྤུལ་དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་བཟོད་དོ།

བཞི་པ་ནི། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བ་སྤྲོ་བ་བྱང་རྒྱུ་བ་གི་མཆོག་ཏུ་
སེམས་བསྐྱེད་པའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ལགས་ཤིང་བྱང་རྒྱུ་བ་སྤྲོ་བ་ལམ་བཟུང་བ་

ལགས་པས་ན། བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ནམས་དང་།
བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ནམས་ཀྱི་ཚུལ་བྱིན་པའི་དེད་གསལ་སྐྱེས་དང་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་
དཔལ་ནམས་ལས་བྱུང་བར་འཚལ་ལོ། །ཞེས་ལན་གཅིག་བརྗོད་ལ།

བྱང་བ་དངོས་ནི། མེད་སྤང་ལ་བྱུལ་པའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་རྟག་ཏུ་སྤྱོད་པའི་
མེས་ཅན་ནམས་སྒྲོལ་གྱི་བྱང་བ་དག་གིས་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ནམས་བྱུང་ས་
ནས་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྐྱེས་ཐོབ་པར་བྱ་སྟེ་པ་ཕྱེ་གཅིག་པས། བདག་མིང་འདི་ཞེས་
བརྗོད་པ། རྒྱལ་པོ་འདི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དང་ས་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་
ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ཐམས་ཅད་ལ་གསོལ་བར་འཚལ་ལྟེ། དེད་གསལ་གི་སྤྱོད་སྤྱེད་བྱང་
ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ནམས་ཅད་དང་། བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ནམས་
བྱིན་པའི་ཚུལ་བྱིན་པའི་དེད་གསལ་དང་དགོ་བའི་ཚོས་སྤྱད་པ་དང་མེས་
ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་བྱིན་པའི་གསལ་སྐྱེས་དཔལ་ནམས་ཀྱིས་
བསྐྱབ་པ་དང་། མ་ཕྱོག་པའི་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་
བ་དང་། རྒྱལ་པོ་འདི་དེ་བཞིན་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ཐམས་ཅད་དེ་ལྟར་
སྒྲོལ་པའི་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་དཔལ་བསྐྱབ་པའི་གཞི་ནམས་ཅད་དང་། བྱང་ལྷོ་
བཅའ་སྲོལ་དཔལ་ནམས་བྱིན་པའི་ཚུལ་བྱིན་པའི་དེད་གསལ་དང་དགོ་བའི་
ཚོས་སྤྱད་པ་དང་མེས་ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བའི་ཚུལ་བྱིན་པའི་དེད་གསལ་སྐྱེས་
ལ་དེད་གསལ་བར་བྱུང་དོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་འཇུག་པ་བྱང་ལྷོ་བཅའ་སྲོལ་

རྩོག་པ་སྒྲུབ་མ་ཐོབ་པ་ཐོབ་ཅིང་། ཐོབ་པ་མ་གསོ་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་བས། དེ་ལྟར་
ངས་ཤེས་བརྒྱུད་པར་བྱའོ།།

མཐུག་ཚེ་ག་མཁྱེན་པར་གསོལ་ཞིང་སྒྲོན་ལམ་གདབ་པ་ནི། བདག་བྱང་
རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་བགྲི་བས། བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་འི་རྩལ་གྱིས་སེམས་
ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་བྱེད་པ་ལ། རྩོག་པ་བཅུ་ཉི་མངས་རྒྱུ་དང་བྱང་རྒྱུ་བ་
སེམས་དཔལ་ནམས་དཔལ་དུ་གྱུར་པར་རྩོག་པ་བཅུ་ཉི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་
ལས་ལུ་མེད་པ་དག་ཏུ་བཞུགས་པའི་འཕགས་པའི་མཚོག་སྒྲོག་ཏུ་གྱུར་ཀྱང་ཚོས་
ཐམས་ཅད་ལ་སྒྲོག་ཏུ་མ་གྱུར་པའི་ཐུགས་མངའ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མཁྱེན་པར་
གསོལ་འོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བཟོ། རྩོག་པ་བཅུ་ཉི་རྒྱལ་བ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་
བདག་གི་སྒྲོམ་པའི་དཔང་པོ་ལྟ་བུར་མཛད་པར་མོས་ཤིང་། ལས་ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་
སྒྲོམ་པ་ལས་མི་འདའ་བར་བྱའོ།།

བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་འབྱུང་ཞིང་།

བྱང་རྒྱུ་བ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་།

སངས་རྒྱུ་བ་སེམས་ཀྱི་ཡོངས་བརྒྱུད་རྟེ།

བདུད་ཀྱི་ལས་ནམས་སྤྱོད་བར་ཤོག།

དངོས་འབྱུར་ཡིད་སྒྲུལ་མཚོད་པའི་ཚོགས།

བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་དུ་འབྱུལ།

བདག་དང་མཁའ་མཉམ་འཕྲོ་བ་ཀླུ།

བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་སྨྱོད་པར་ཤིག།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི།

འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག།

མཁོན་པོ་ཡི་ནི་གང་དགོངས་པ།

སེམས་ཅན་ལ་བདེ་ལུས་ཤོག།

ཅུ་མཁའ་སྒྲོག་ལམ་རྒྱུ་ཆེར་གདབ་བོ། །རྒྱུ་ཆེན་སྤྱོད་རྒྱུད་ཀྱི་བྱང་ཕྱེ་མ་
ལོན་པའི་རིམ་པ། སྤྱོད་བར་བའི་ཉམས་ལེན་རྩེ་གསལ་མོ།

༥ སྒོལ་འཇུག་དོན་དམ་ཟུང་འཇུག་ཏུ་ཉལ་ས་སུ་ལེན་ཐབས་འགྲོ་མགོན་གྱི་
སྐྱུ་བཞུགས་ཀྱིས་མཛད་པ་ལ། སྐྱུར་བཙོག་ས་བསགས། དངོས་གཞི་སྐྱུབ་ས་
མེས་ས་བྱུང་པར་བ། རྗེས་བསྐྱེ་སྒོལ་ནམས་མཐར་ཆགས་སུ་སྒྲོན་པའི་ཉལ་ས་ལེན་
ཚིག་དོན་འདྲེ་བར་བྱ་སྟེ། སྐྱོག་ས་བཅུ་འི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་ལུ་མེད་
པ་ནི་བཞུགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ད་ལྟ་བཙོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗོགས་པའི་
སངས་རྒྱས་དང་། དམ་པའི་ཚོས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་དགོ་འདུན་ཚོན་
པོ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུག་འཆོལ་ལོ། །སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱི་བ་ཐོག་
མ་དང་ཐམས་མཁའ་ཚིས་པའི་འཁོར་བ་ནི་འཁོར་བའི་ཚོ། ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱིས་

མངས་རྒྱུ་དང་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་དང་ཕ་མ་དང་སེམས་ཅན་དག་ལ་སྒྲིག་པ་མི་དག་
 བའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་བགྱིད་དུ་སྐྱུལ་བ་དང་བགྱིད་པ་ལ་ཆེས་སྤྱི་ཡི་རང་བཅོམ་མཆིས་
 པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྒྲུབ་ཏེ། མངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱུ་བྱེད་བྱ་བ་མེད་པའི་སྔོན་མེད་བཤགས་པས་སྔོན་མེད་
 འཆགས་སོ། །མི་འཆབ་བོ། །སྒྲུབ་ཆད་འདི་ལྟ་བུ་མི་བགྱིད་དོ། །མངས་རྒྱུ་
 དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཇི་ལྟར་མངས་
 རྒྱུ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནམས་ཀྱིས་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཆེས་སྤྱི་ཡི་རང་བྱུ་བ་མེད་པ་
 སྤྱགས་ཆུང་བ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཀྱང་། མངས་རྒྱུ་
 དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་རང་མངས་རྒྱུ་དང་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་ཐམས་
 ཅད་དང་། འགྲོ་བ་མ་ལུས་བའི་བསོད་ནམས་ཐམས་ཅད་ལ་ཆེས་སྤྱི་ཡི་རང་
 རང་དོ། །མངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་
 གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་མངས་རྒྱུ་ཀྱི་གདུང་རྒྱུ་མི་ཆད་པར་བྱ་
 བའི་སྤྱད་དུ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ།
 ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་མངས་རྒྱུ་ཤར་གཉིས་ཀྱི་གཙོ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ།
 སྤྱགས་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་འཛིགས་པ་
 ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་བུ་བླུ་མ་ཆོག་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བའི་སྐྱེ་
 བྱུ་བ་མེད་པའི་སྐྱེ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་མངའ་བ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལོ། །ཆོས་འདོད་ཆགས་དང་

བྲལ་བའི་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ། སྤྱོད་མེད་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མངའ་
 བཞི་བཆོས་ཀྱི་སྐྱོ་སོ་སོ་རང་གི་རིག་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལོ། །དགོང་དུ་འཁྱེད་པའི་
 ཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ། སྤྱོད་པ་བཞི་འཕགས་པ་སྤྱིར་མི་ལྟོག་
 པའི་བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་དགོང་དུ་འཁྱེད་པའི་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལོ། །སངས་རྒྱུ་ས་
 དང་བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། བདག་མིང་
 འདི་ཞེས་བསྐྱི་བས་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ལྷོ་བ་ཀྱི་སྟོང་པོ་ལ་གནས་ཀྱི་བར་དུ།
 སངས་རྒྱུ་ས་དང་བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ། དུས་ཇི་ལྟ་བ་དང་སྟོབས་ཅི་
 མཆིས་པ་བཞིན་དུ་བདག་འབྱུང་ཞིང་མཆིས་ན། མགོ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་
 ལྟན་པ་དག། བདག་བཞེས་སུ་གསོལ། སངས་རྒྱུ་ས་དང་བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་དཔའ་
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཇི་ལྟར་སྟོབས་ཀྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
 དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ས་དག། སྟོབས་བྱང་ལྷོ་བ་སེམས་
 དཔའི་སྤྱད་པ་སྟོད་པའི་ཆོ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་འགྲོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དབྱུགས་དབྱུང་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་
 ཅད་ལྷུ་དན་ལས་སྟོབས་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་
 འགོད་པའི་སྤྱད་དུ། ཇི་ལྟར་སྤྱོད་པ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ལྷོ་བ་ཏུ་
 ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་
 བཟུང་སྟེ་བྱང་ལྷོ་བ་ཀྱི་སྟོང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོལ་བ་

བདག་གི་སྐུ་མཁའ་ཕྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

ནད་ནུལ་གསོ་བར་བསྐྱེད་སྒྱུར་ཅིག།

དགེ་བ་སྐྱེ་ཆེན་སྒྱུར་པའདི་ཡིས་ནི།

འགྲོ་བའི་ནད་ནུལ་རང་བྱུང་སངས་རྒྱལ་ཤོག།

སྒྲོལ་གྱི་རྒྱལ་བ་ནུལ་གྱིས་མ་བསྐྱེད་པའི།

སྐྱེད་པའི་ཚོགས་ནུལ་བདག་གིས་སྒྲོལ་བར་ཤོག།

ནུལ་མཁའ་མཁའ་མཁའ་ཐུག་སྒྱུར་པ་ཇི་ཙམ་པ།

སྐུ་མཁའ་ཕྱེད་མཁའ་མཁའ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

ཇི་ཙམ་མཁའ་དང་ཉེ་མོངས་མཁའ་སྒྱུར་པ།

བདག་གི་སྒྲོལ་མཁའ་མཁའ་ཡང་དེ་ཙམ་མོ།

ཞེས་པའི་མཁའ་། སྐུ་མཁའ་བསྐྱེད་ཡུལ་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་དུ་འཛིན་པའི་རྟོག་

པ་སྐྱེ་མཁའ་ཐུག་གྱི་སྐྱེ་པའི་གཟུགས་བརྟན་པ་བྱུང་ཐམས་ཅད་པ་སྐྱེ་མཁའ་ཐུག་པའི་ཆུ་

འཛིན་མཁའ་ལ་ཐིམ་པ་ལྟ་བུའི་རང་ནུལ་ཟབ་ཞི་སྒྲོལ་བའི་གྱི་སྐྱེ་དུ་མཁའ་པར་འཛིན་

པ་ནི་དོན་དམ་བྱུང་ཆུ་བ་སྐུ་མཁའ་ཀྱི་ཉལ་སྤྲུངས་ཡང་དག་པ་ཉིད་དང་། སྐུ་མཁའ་གསུམ་

ཀྱུན་གྱི་མཁའ་ཐུག་འདིར་འདུ་བ་ལ་རྒྱུ་ཆ་དཔེ་དང་བརྟན་པའི་རང་མཁའ་སྐྱེད་རྩི་

སྐྱེ་མཁའ་འོལ་པས་མཁའ་མཁའ་གྱི་སྐྱེ་མཁའ་སྐྱེ་མཁའ་ཡང་ཡང་སྐྱེ་མཁའ་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཀྱི་དགའ་དོན་ལོངས་སྤོངས་
མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཚུད་མེད་ཀྱི་གཞུང་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ནི་མས་ལག་ཏུ་སྤངས་བཤེ-
བའི་སྤྱིར་མཐར་ཆགས་སུ་བཀོད་པ་མ་གཏོགས། རང་བཟོ་དང་བཅོས་སྒྲུབ་ཀྱིས་
མ་ཐོགས་པ་འདི་ཡང་རྒྱལ་མཆོག་བཟང་པོའི་བཀའ་ཇི་ལྟར་བཤ། བྱང་སེམས་ལ་
མོས་པའི་བཙུན་པ་རང་སྒོལ་བས་ཡི་གེའི་ལམ་དུ་སྒྲུབ་བར་བསྒྲིམ་པའི་དགོ་བས་
མཁའ་ཁྱབ་འཕྲོ་ཀློག་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ལ་འཁོད་པར་གྱུར་ཅིག་ཤུགྱོ། །



དཔལ་ལྷན་སྤྱི་མཐུན་དགྲིལ་ལ་ཁོར་ལ་ཆོ་བ་

ངེས་དོན་བྱིན་ལྷན་པ་ཆུ་རྒྱུན་

བཀུགས་སོ།།



སྤྲུལ་འདི་གཏོར་མ་རྒྱུ་ལྷན་དང་།
 བདུད་.....ཆད་དམ་ཆུ་ལ་བདུད་རྩི་ལྟ་བུ་བཏབ་པ། ཕྱིས་
 བཀའ་བའི་ཐོད་པ་བཞག།
 རྒྱལ་ལྷ་འི་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ།
 སེར་སྤྲུལ་མ་བཅིངས་བསོད་ནམས་དང་།

རང་གཞན་ཐོག་གསལ་གཉིས་སྤྲུལ་སྤྱིར་འགོད་།
 མཆོད་པའི་མཐུལ་དོར་བྱིལ་དང་།
 ཏེ་མ་རྩུ་སོགས་ལོ་མོ་འཛོགས།
 འཛོམས་བྱ་གལ་ཏེ་རྒྱལ་འབྱོར་པ།

སྤྲུལ་བྲལ་ལ་འཁོར་སྤྲུལ་རུང་།
 འཛིག་ཏེན་བྲུལ་བྲལ་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་ཏེ།
 བདེ་བའི་སྤྲུལ་འཁོར་སྤྲུལ་ལྟ་བུ་ལ།
 ལྟ་བུ་ལས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བདུན་དག་བྲུ།

ན་མོ། དམིགས་མེད་སྤྲུལ་བྲལ་སངས་རྒྱལ་ཆོས་ཀྱི་སྤྲུ།
 འགག་མེད་རང་གསལ་དམ་ཆོས་ལོངས་སྤྱོད་ཚོགས།
 གཉིས་མེད་ཐུགས་རྗེའི་སྤྲུལ་སྤྲུ་དགེ་འདུན་བཅས།
 དཀོན་མཆོག་སྤྲུ་གསུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་མཆོད།
 ལན་གསུལ།

འཕྲོ་ཀླུ་བདེར་གཤེགས་སྒྲིབ་པོར་ལྷན་སྒྲུབ་ཀྱང་།
 མ་རིག་ལྷན་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པམ་འཁོར་བར་འབྱུངས།
 རང་རིག་སྒྲིབ་འཇུག་དོན་དམ་ཚད་མེད་བཞི།
 ཡོངས་རྫོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པར་བསྐྱེད།
 ལན་གསུམ།

རང་སེམས་བྲུ་མར་རྟོགས་པམ་གྲུ་ཕྱག་འཆོལ།
 ཚོགས་དྲུག་ཞེན་པ་བྲལ་བའི་མཆོད་པ་འབུལ།
 གཉིས་འཛིན་ཙམ་འབྲས་སྒྲིབ་ཚོགས་མཐོལ་ཞིང་བཤགས།
 རྒྱགས་རྩེ་རྒྱུ་ཆད་མེད་ལ་རྩེ་ཡི་རང་།

བྲུབ་གདལ་ཡེ་ཤེས་ཚུལ་འཁོར་བསྐྱེད་དྲུག་སོལ།
 མཆོག་ཏུ་མི་འགྱུར་ཚུལ་སྒྲུབ་བཞུགས་གསོལ་འདེབས།
 མ་ལའ་བྲུབ་འཕྲོ་ཀླུ་སྒྲུག་སྒྲུམ་ཐོབ་ཕྱིར་བཟོ།
 འཁོར་བ་དོང་སྒྲུག་འཕྲོ་དོན་འགྱུར་པར་ཤོག།

༥ སྐབས་འདིར་ཚོག་གཞུང་གཞན་ལྟར་གྱི།
 བཞེགས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་འཁོར་འདིར་མི་དགོས།
 སྒྲུབ་སྤྱོད་བྲུ་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།
 བསྐྱེད་བྱ་སྒྲུབ་བྱེད་མཆོན་མམ་དབེན།

སྒྲུབ་པ་དང་ཉིད་འཛིན་བྱུང་འཇུག་པས།

ཕྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པ་འདི་ལྟར་བྱ།

བདག་ཉིད་དོར་སེམས་ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ཡིག་ལས།

ཡེ་ཤེས་འོད་འཕྲོས་སྒྲིབ་བཅུད་ཀྱི་འཕྲུལ་ཤོག།

གནས་ཡུལ་གདོས་བཅས་མ་ཡིན་ཆོས་དབྱིངས་ཁིང་།

མཆོད་རྗེས་ཡོ་བྱད་ཀྱི་བཟང་སྒྲིབ་ལམ་ལས།

ལེགས་གྲུབ་སྒོ་ལས་འདས་པའི་མཆོད་སྒྲིབ་ཆོག་ས།

ཟག་མེད་རྒྱུན་མི་ཆད་ཅིང་རབ་འབྱམས་ཁིང་།

མ་ལུས་ཡོངས་སུ་བྱུང་པའི་སྒྲིབ་འབྱུལ་ཆེ།

སྤྱི་བདག་སངས་བུ་པོ་འཁོར་ཉིད་རྩོགས་གྲུབ།

ཨོྭ་ཨཱུཾ་ཧྱཱུ། བཟླ་སྒྲིབ་པུ་ཤ་མེ་སྒྲིབ་པུ་ཤ་སྒྲིབ་པུ་ཤ་མེ་ཡེ་རྩྱུ་སྒྲིབ།

༥ དེ་ནས་སྒྲིབ་པའི་མཆོད་པ།

སྒྲིབ་པའི་བསྐྱེད་ཆོག་འདི་དག་གི།

རང་སེམས་སྒྲིབ་པའི་གསལ་མཛད་སྒྲིབ་ལས།

ཤུགས་འབྱུང་རང་ཁམས་ཉིད་དུ་བསྐྱེད།

མཐུན་གྱི་ཐམས་མཁུན་ཡེ་ཤེས་འོད་ལྡན་ལས།

གྲུབ་པའི་གཞུང་ཡས་བཀོད་པ་བསམ་ཡས་དཔུས།

བདག་སྒྲིབ་འདས་བཞི་གོ་སྒྲིབ་ཉི་ཟླའི་སྒྲིབ།

རྩོག་ས་དུས་རྒྱལ་བ་སྒྲམ་བཅས་མ་ལུས་པའི།
 རྩལ་བདག་འཁོར་ལེའི་དབང་ཕྱུག་དྲིན་ཅན་རྟེ།
 ཕ་བའི་སྒྲམ་འི་དོ་བོ་འཛམ་གླིང་གྲགས།
 དཀར་དམར་མདངས་ལྷན་ཞི་དུལ་དག་སྒྲོང་ཚུལ།
 སྒྲོམ་ཞུའི་ཅོད་པ་ཆོས་གོས་ནམ་གསུམ་དང་།
 ལེ་བཟན་བེར་རྒྱལ་བ་སྒྲུང་ས་འབྲ་གསོལ།
 སྒྲིལ་ཀྱང་མཉམ་བཞག་ཏིང་འཛིན་གཤེ་མེད་ཀྱིས།
 སྤང་སྤིང་ཟིལ་གཞོན་བྱིན་རྒྱབ་ས་འོད་འབར་བཞུགས།
 སྤོང་གི་ནམ་མཁའ་པད་ཟླ་འཛའ་འོད་སྤོང་།
 རིགས་བདག་རྒྱལ་བ་ཀྱན་ཡབ་དོན་རྟེ་འཆང་།
 འཇུར་མེད་མཐིང་གསལ་ཐབས་ཤེས་དོར་དེལ་བསྟོལ།
 འོངས་སྒྲིའི་ཆ་བྱད་མཆོད་རྟོགས་དོར་སྒྲིལ་བཞུགས།
 ཕ་བའི་སྒྲམ་འི་གཡས་ཀྱི་པད་འདབ་སྤོང་།
 ཉེ་ཕྱུ་ཀ་དཔལ་ཉི་ལོ་ཤེས་རབ་བཟང་།
 སྤོང་སངས་རྒྱལ་བ་ཐོར་ཚུགས་གྲུབ་དབང་ཆས།
 ཆོས་འཁོར་ཕྱག་རྒྱ་དོར་སྒྲིལ་ལྟ་སྤངས་བཞུགས།
 གཤེན་གྱི་པད་སྤོང་མཁས་གྲུབ་བཞུར་བ།
 སྒྲུག་ནག་ཅང་ཉེལ་ཐོད་པ་ཁྱྱོ་བསྟོལས།

འགྲིངས་བཀ་གཡས་བརྒྱུད་སྐད་པའ་བོའི་རོལ་སྒྲུངས་ཅན།

སྒྲུབ་ཤམ་རུས་རྒྱུན་ཐོར་ལྷོག་བཟློག་པའི་ལྷོག་བཀྲུགས།

རྒྱབ་ཀྱི་བུར་མངའ་བདག་ལོ་ཕྱོ་བ།

ཚོ་ཞིང་སྒྲུབ་བཟློག་བཀྲུགས་ལྷོག་ལྷོག་ལྷོག་སྒྲུ།

དབུ་སྒྲུ་ལྷོག་ལོ་དང་དཀར་སྒྲུ་ལྷོག་དང་།

ཟབ་ཆེན་བེར་གསོལ་བྲུག་གཉིས་སྒྲུ་གཞོན་མཛད་།

ལུག་གི་བད་སྒྲིང་དབང་བྲུག་མི་ལ་རྒྱུ།

སྒྲིང་དམ་རས་དཀར་ན་བཟའ་སྒྲིང་ཐག་ཅན།

དབུ་སྒྲུ་སིལ་བུ་ཚོས་འཆད་མཉམ་བཀྲུགས་གིས།

གཙོ་ལཱ་ལ་གཟིགས་སེམས་དཔའི་སྒྲིལ་ཀྱང་བཀྲུགས།

དེད་གཞུགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ལ་ཐམས་སྒྲིང་དུ།

རྒྱུད་ལུང་མཐོང་དག་མཛོད་འཛོན་སྒྲུབ་རྒྱུད་ཚོགས།

ལའོ་སྒྲུགས་སྒྲུབ་པའི་ཆ་བྱུང་དེས་མཛོད་དུ།

གང་འདུལ་སྒྲུལ་པའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་རྒྱུགས་བཀྲུགས།

ཐམས་ཅད་ཚོས་སྒྲུའི་དང་ལས་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུ།

སྒྲུལ་རང་བཞིན་མ་སྒྲུབ་འོད་དུ་འབར།

ཞིང་རྒྱུགས་སྒྲུས་ལྷོག་སྒྲུ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་དཔྱིངས།

ལུང་འཛུགས་ལི་ཟད་རྒྱུ་གི་འཁོར་ལོ་ལོ།

གུ་བྱ་གྱི་སྒྱི་བོར་ལ་བོར་ལ་མི་གྱིས་མཆོད།
 མགྱིན་པར་བསྐྱོད་མར་བོ་ཁྱེ་ལི་ཤ་དང་།
 ཐུགས་ཀར་དེ་མེ་སྒྲོན་བོ་རྩེ་མཆོད་པའི།
 བོད་ཀྱིས་རྒྱལ་གུ་བྱ་ཐུགས་མེ་རྒྱུད་བསྐྱལ་གྱིར།

༥ དེའི་གཞི་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ལྷ་ལྟ་བུ།
དཔེ་གཞི་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་དཔེ་གཞི་ལྟ་བུ།
ཏིང་འཛིན་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ།
ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ།

ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་དངས་ཕྱི་རྒྱལ་སྒྲིབ།
དད་གཏུངས་མཆི་མ་གཡོ་བུས་བས།
མེལ་མེལ་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ།
སྒྲིབ་བའི་དབྱངས་ཀྱིས་སྒྲིབ་འཛིན་བྱ།

ཨོཾ་ཨཱུཿཱྌ།
 ཨོཾ་དབྱིངས་གདོད་ནས་དག་པ་ལོག་མིན་ཁིང་།
 ལྷོན་གྱུབ་ཡེ་ཤེས་རང་གསལ་ཐོ་བྱང་ནས།
 སྐྱུ་གསུམ་ཡོངས་རྫོགས་སྒྲ་མ་སྐྱུན་འདྲི་བོ།
 དད་གུས་དམ་ཚིག་གནས་འདིར་ག་ཤེགས་སྐྱུ་གསོལ།

ཁིང་རྒྱལ་སྐྱོམ་བྱེད་པ་ཤེས་པ་བཞུགས་མི་དམིགས་ཀྱང་།

ཐུགས་རྒྱལ་མཁོན་པོ་འབྲུག་ཅིང་ཡང་སྟོན་མཛད་ན།

གདུལ་བྱའི་ཡུལ་དང་མཐུན་པའི་བཀོད་ཡུལ་གྱིས།

ལྷོ་མ་གར་ཡང་དག་བསྐྱར་བས་གཤེགས་སུ་གསོལ།

ཆོས་སྐྱོ་གཅིག་དང་དུ་མའི་སྒྲིམ་བྲལ་ཡང་།

གཞུགས་སྐྱེའི་ཤེས་རང་ག་དང་ས་ལག་ག་མེད་ལས།

ལྷ་སྐྱོད་གཞུང་བྱེད་གྲངས་མཉམ་དེ་སྤྲིད་ཀྱི།

ནུལ་འདྲེན་སྤྱི་མཐོག་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་སྤྱི་མཐོག་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་།།

ཁྱུ་བ་དག་དྲིམ་འཆང་ཏིལ་བུ་རོ་དང་།

མཐའ་བདག་ལོ་རྒྱུ་བཙུན་རས་ཆེན་ཁབས།

སྐྱུ་འོན་མཉམ་མེད་མཁོན་པོ་འཛམ་གླིང་གྲགས།

ཅུ་བརྒྱད་ལྷོ་མའི་ཆོ་གས་བཅས་གཤེགས་སྤྱི་གསོལ།

སྒྲུང་གྲགས་སྒྲུབ་མཁའི་དོ་བོར་རོ་ག་ཅིག་གྱུང་།

གངའདུལ་ཐུགས་རྫེའི་རྣམ་འགྱུར་སྒྲོལ་པ་དཔེ།

མདས་རྒྱལ་སྐལ་བཅས་ལྟ་དང་ལཱ་ཁའ་འགྲེའི་ཚོགས།

མ་ལུས་མཆོད་པའི་གནས་འདྲིར་གཤེགས་སུ་གསོལ།

[illegible]

༥ རྒྱལ་དངས་ཙམ་གྱིས་ནམ་མཁའ་ཁོང་ཁོས།
 ཀུན་ཁེངས་ཉི་ཟེར་རྒྱལ་བ་ཞིག་དུ།
 འོད་ཟེར་ལ་བྲིགས་ཕྱོག་སྤྲུལ་མའི་ཚོགས།
 དམ་ཚིག་པ་ལ་ཐིམ་པར་མོས།

༥ ཚེས་དབྱིངས་ཡེ་ཤེས་སྤྲུལ་མའི་སྤྱིར་སྤྱོད་བའི།
 སྤྲུལ་མ་ཚོགས་ལ་གཉིས་འཛིན་མི་དམིགས་ཀྱང་།
 བདག་སོགས་འགྲོ་བའི་གཉིས་འཛིན་ཞི་སྤྱོད་དུ།
 སྤྱོད་པའི་ཤེས་དབྱིངས་མེད་བརྟན་པར་བཞུགས།
 རྩོམ་ཀྱི་ཡུ་དུ་རྒྱུ་བརྩེ་རྩེ།

དེ་ནས་རང་ལས་སྤྲུལ་པའི་ལུས།
 ཞིང་གི་རྒྱལ་སྤྱོད་མཁའ་མཉམ་གྱི།
 འགྲོ་ཀུན་ལྟ་བུ་ཅིག་སྤྲུལ་ལ།
 སྤྱོད་གསུམ་གྲུས་པས་ཕྱག་འཚལ་བ།

གང་སྤྱོད་མཚན་དཔེ་ཆ་ཤས་གདུལ་བྱའི་མཁའ་།
 འགྲིབ་མེད་རྟག་པར་གསལ་བ་འོད་སྤྱོད་གིས།
 ཐར་ལམ་ངེས་ལེགས་སྟོན་པའི་སྤྱོད་མེ་མཚོག།
 སུག་བདེའི་ཟླ་བ་སྤྱོད་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

གང་གསུང་དག་པ་གསུམ་གྱི་བདུད་ཅི་འི་ཆར།
 ཉོན་མོངས་ཆོ་གདུང་ཞི་མཛད་ཡེ་ཤེས་རྒྱུན།
 བྱང་ཚུབ་ལུ་གུ་བསྐྱེད་མཁས་ཐུགས་རྩེ་འི་བཅུད།
 ཡིད་བཞིན་འདོད་འཛིན་བྱེད་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ།

གང་ཐུགས་ཟབ་ཞི་སྒྲིམ་བྲལ་རྟོག་མེད་ལས།
 གུས་ལྟན་ཡིད་ལ་ཇི་ལྟར་བསམ་བཤི་དོན།
 མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་འབྱུང་གནས་སྒྲུབ་མེད་པའི།
 རིན་ཆེན་གཏེར་མཛོད་བྱེད་ལ་ཐུག་འཆའ་ལོ།

༥ དེ་ནས་སྤྱི་ནང་གསལ་བ་དང་།
 དེ་ལོན་ཉིད་མཆོད་བ་ཀྱུན།
 མཆོད་ཡུལ་མཆོད་བྱ་རང་མཁས་ཀྱི།
 རོལ་པ་ཆེན་པོའི་གར་གྱིས་འབྲུལ།

ཞིང་ཁམས་རབ་འབྱམས་བྱེ་བ་ཐུག་བརྒྱུ་ཀྱུན།
 མཆོད་ཡེན་བདུད་ཅི་ཡན་ལག་བརྒྱུད་ལྟན་གྱིས།
 ཡོངས་བཀའ་བྲུ་མ་མཆོག་ལ་འབྲུལ་ལགས་ཀྱི།
 འཕྲོ་ཀྱུན་བསམ་གཏུན་མཆོར་དབང་འབྱུང་ཤོག།
 བཟླ་མཁུམ་བྲུ་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱ།

འདབ་སྟོང་གོ་སར་རྒྱལ་པའི་པདྨ་འོ་ཚོ་གས།
དབང་པོའི་གཞུང་ལྟར་བཀྲ་བའི་མདངས་ཅན་གྱིས།
ནམ་མཁའ་ས་གཞི་ཀླུ་བཀའ་འབུལ་ལགས་ན།
འཕྲོ་ཀླུ་བཙུན་འབྲུག་མཆོག་ལ་སྦྱར་བར་ཤོག།
བཟོ་བྱེད་པ་འཁྲུག་རྒྱུ་ལྟར།

སྒྲིམ་གྱི་བྱེད་ལུས་རིམ་མཉམ་པ་དང་།
ཡིད་འོང་བསྐྱེད་ཞིམ་བདུག་པའི་སྒྲིབ་ཚོ་གས་བཅས།
དཔག་ཚད་བྱེད་བར་བྱུང་བའི་དྲི་བཟང་མཆོད།
ལུལ་བས་འཕྲོ་ཀླུ་ལྟུང་ཁྲིམས་ནམ་དག་ཤོག།
བཟོ་བྱེད་པ་འཁྲུག་རྒྱུ་ལྟར།

གང་གིས་མི་སྒྲིབ་རིམ་ཅེན་སྒྲུབ་བའི་འོད།
ཉིན་མཆོད་ཀླུ་རྒྱུ་གསལ་དང་ཉི་མཆོག་འབྱུང་།
སྒྲིབ་མ་འཛིན་ཉིན་མཐའ་དག་སྒྲུབ་བྱེད་འོད།
ལུལ་བས་འཕྲོ་ཀླུ་ཤེས་རབ་གསལ་བར་ཤོག།
བཟོ་མཁའ་ཀུན་འཁྲུག་རྒྱུ་ལྟར།

འཁོར་བའི་ཚ་གདུང་ཀླུ་སེལ་དྲི་ཡི་ཆབ།
མ་རིག་ཚོངས་པའི་ཐིབ་པོ་ཞིབ་དང་།

མདོན་མཐོང་ས་ལགས་བདེ་ཆེན་བསྐྱེད་པའི་མཆོད།
 སུལ་བས་འགྲོ་ཀླུ་བཟོད་པའི་གོ་ལྟོ་ཤོག།
 བཟོ་གཞི་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་སྒྲུབ།

ལྷ་ཡི་ཁལ་ཟས་རོ་བརྒྱའི་ཡོན་ཏན་གྱིས།
 ཏིང་འཛིན་སྒྲོ་བརྒྱ་འབྱེད་ལུས་ཟས་མཆོག་བཤོག།
 སྒྲོང་གསུམ་ཡོངས་བཀའ་བྲལ་མཛེས་འབྱུལ།
 འགྲོ་ཀླུ་སྐྱེད་པའི་དབལ་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཤོག།
 བཟོ་གཞི་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་སྒྲུབ།

ཟིན་དང་མཐོང་ཐོས་པར་གསལ་པའི་སྒྲུབ།
 གཏི་ལུག་གཏིང་སྒྲོང་ལོག་ལྷའི་སྒྲོལ་གསུམ།
 ཆོས་སྒྲུལ་འཛིན་རྟེན་བྱེད་པའི་མཐོང་གསུམ།
 སུལ་བས་འགྲོ་ཀླུ་ཆོས་དབྱེད་སྐྱོབ་པར་ཤོག།
 བཟོ་གཞི་བྱ་རྒྱུ་རྒྱ་སྒྲུབ།

སྤྱི་མཆོད་ཉེར་མཆོད་སུལ་བའི་རྒྱུ།
 བད་ལྟར་འདོད་ཡོན་ལྷས་མཆོད་དེ།
 འཛིན་རྟེན་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ཇི་སྟེད་པ།
 མཛེས་དང་མི་མཛེས་བཀྲགས་པ་ཐེམས་ཀྱི་འབྱུལ།

གང་སྒྲིང་དོ་བོ་སྒྲིང་པའི་མཆོད་འབྲུལ་བས།
 འཕྲོ་ཀླུ་ཁ་ཁི་ལུག་ནམ་སྒྲིང་སྒྲིང་གོལ་ཤོག།
 བཟོ་རུ་བསྟ་ཁྲི་ཚུ་ལྷོ་སྒྲིང་།

ཇི་ལྟར་གསལ་པའི་སྒྲིང་ལྟ་གང་བཟུང་བ།
 སྒྲིང་དང་མི་སྒྲིང་འཛིན་པས་བྱེད་པ་ཅམ།
 ཐམས་ཅད་གསལ་སྒྲིང་རང་གོལ་མཆོད་པར་འབྲུལ།
 འཕྲོ་ཀླུ་ཁ་ཁི་སྒྲིང་སྒྲིང་སྒྲིང་གོལ་ཤོག།
 བཟོ་ཤུ་བསྟ་ཁྲི་ཚུ་ལྷོ་སྒྲིང་།

ཚོར་བ་བཟུང་དང་དག་པར་བཟུང་བའི་དྲི།
 གང་ཡང་ནམ་པར་རྟོག་པས་བཏགས་པས་ན།
 སྒྲིང་ཡིས་མ་བསྐྱད་ཚོར་སྒྲིང་མཆོད་པ་ཡིས།
 འཕྲོ་ཀླུ་ད་རྒྱལ་འཛིན་འབྲུང་སྒྲིང་གོལ་ཤོག།
 བཟོ་སྒྲིང་བསྟ་ཁྲི་ཚུ་ལྷོ་སྒྲིང་།

ཐོག་མེད་བག་ཆགས་མཐུ་བཏགས་ཁི་མ་མངར་རོ།
 གང་ལ་སྒྲིང་ལེན་འབྲུལ་པའི་འཁོར་ལོ་ནི།
 རྒྱུ་བཅད་མྱོང་སྒྲིང་རོ་མ་མཐོང་ལུལ་བས།
 འཕྲོ་ཀླུ་འདོད་ཆགས་སྒྲིང་མཐའི་སྒྲིང་གོལ་ཤོག།
 བཟོ་ར་སྟ་བསྟ་ཁྲི་ཚུ་ལྷོ་སྒྲིང་།

ཅིར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མའ་མེས་ཨ་འབྲས་ཀྱིས།
 རང་ག་ཟུགས་ཅིག་བྱ་བ་ཟང་དཔྱད་གསལ་སྒྲུབ་ཀྱི།
 ཚེས་ཉིད་ཀློང་དུ་ལ་སྒྲུབ་མཆོད་པ་ཡིས།
 འཕྲོ་ཀྱུན་སྒྲུབ་དོན་དོན་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཐོལ་ཤོག།
 བཟོ་སྒྲུབ་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ།

གསལ་བ་བདེ་སྒྲོང་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་ཀྱི།
 མཆོད་པ་སྒྲུབ་མཆོད་པས་མཆོད།
 གང་གིས་འཕྲོ་བའི་གཞི་རྒྱ་ཆགས་སྒྲུབ་གིས།
 སྒྲུབ་ཀྱི་འབྲས་སྒྲུབ་ཉེ་མོངས་ཀྱི་བསྒྲུབ་པའི།
 མཆོད་ཉིད་ཅི་བཞིན་ཅིག་པ་སྒྲུབ་ཀྱི།
 དགའ་བ་བཅུ་དྲུག་མཆོད་པ་ཀྱི་མཆོད།
 ཐབས་ཤེས་ཟུང་འཇུག་འཇུག་བྲལ་བ་དེ་བའི་མཆོད།
 ཟག་མེད་ཉིད་འཇོག་དབང་བསྒྲུབ་སྒྲུབ་པས།
 བདེ་སྒྲོང་ཡེ་ཤེས་མཆོད་པའི་དགའ་སྒྲོབ་ཆེ།
 རོལ་ནས་སེམས་ཅན་སྒྲུབ་བསྒྲུབ་ཀྱི་བར་མཆོད།
 ལུ་ཐུ་རྒྱ་བ་ཏ་ཇ་མ་ཏུ་བུ་ཇ་ཏེ།

༥ དེ་ནས་མཆོད་པའི་ཡང་མཆོད། དེ་ཁོ་བོ་ཉིད་དོན་དམ་མཆོད།

༥ ཆོས་ནམས་ཀྱ་ན་གྱི་རང་བཞིན་ལ་བཅོས་པ།
 ཐོག་མཐའ་དབྱས་མེད་ལ་ཁོར་དང་མུང་འདས་ཞེས།
 མཚན་མས་ལ་བཅིངས་འཕོ་ལྟར་བྱི་གང་བྲལ།
 འདྲི་མཚོད་པའི་ནང་ནས་མཚོད་ཆེན་པོ།

མཆོད་ཡུལ་སྒྲུབ་གཤོང་མའི་ཆོས་ཀྱི་སྒྱུ།
 མཆོད་བྱེད་རང་གསལ་རང་རིག་ནལ་འབྱུང་བ།
 མཆོད་བྱའི་དངོས་ཀྱན་རང་ཅལ་སྒྱུ་མའི་འཕྱུལ།
 མཐའ་དག་གཞིན་ནས་ཡོངས་དག་མཆོད་པའོ།
 སམ་རྩམ་ བ་རྩ་ཕུ་ཁུ་ཏུ་ལྷུང་ནི།

༥ དམར་ཀུན་རྫོབ་དོན་དཔལ་གྱི།
མཆོད་པའི་རིམ་པ་གྲུབ་པའི་རྗེས།
སྤུངས་ཡོན་ཏན་བྱེད་བྱའི་ཕྱིར།
བསྟོད་དབྱངས་ཆོས་དོན་མཐུན་པར་བྱ།

༥ ཨཱཾ་ཡོན་ཏྲ་རྒྱུ་མཚོའི་བླ་མ་ལ།
བདག་སོགས་ཆུང་མ་ཐོབ་སྤྱོད་བསམ་བསྟན་པ་བརྒྱུར།
བསྟན་གསུང་བྱེད་ཀྱི་བསྟུན་ཁུངས་གཅིག་གི།
ཡོན་ཏྲ་ཆེན་མེད་ཀྱི་གསུང་པར་ལྷན་མ་ལགས།

ཨེ་མའོ་གདོད་ནས་རབ་དག་སྒྲིམ་པའི་ཚོགས།
 ཉིར་ཞི་འདུས་མ་བྱས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་སྒྲུ།
 ཚོས་ནམས་ཀྱུ་བྱི་གནས་ལུགས་དེ་བཞིན་ཉིད།
 གང་དེ་མཐོན་པོ་བྱེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ལགས།
 ཨེ་མའོ་ཚོས་དབྱིངས་དག་པའི་ཞིང་ཁམས་ནས།
 རོ་མཚར་མཚན་རྗེ་གསུམ་སྒྲུར་ཡན་ལག་བདུན།
 ལྷན་སྒྲུབ་དེས་པ་ལྔ་ལྟན་ཞིང་ཀྱུ་བྱི།
 ཡོངས་བྱུང་ཡོངས་སྒྲུབ་དེ་ཀྱི་ལ་ལ་ཁོར་བྱེད་ཉིད་ལགས།
 ཨེ་མའོ་ནམ་མཁའ་རབ་འབྱམས་མཐའ་ཀླས་པར།
 འགོ་ཁམས་སྒྲ་ཚོགས་གང་ལ་གང་འདུལ་བའི།
 ཐུགས་རྗེའི་བཀོད་སྒྲུལ་བསྐྱང་ཡས་དུས་ཀྱུ་བྱི།
 རྒྱུ་ཆད་མེད་དེ་བྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལགས།
 ཨེ་མའོ་རྒྱལ་གཅིག་སྟངས་བརྒྱུད་ཀྱི།
 ཞིང་ཁམས་ཇི་སྟངས་སྒྲ་ཅེའི་བྱེད་ཅན་དུའང་།
 བྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་བཀོད་པས་མ་བྱུང་བ།
 བཀ་ཡང་སྤྱོད་མེད་འཕྲོག་མེད་རྒྱུ་ལྟུང་ལགས།
 ཨེ་མའོ་བྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་བྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི།
 མཐོན་པོ་ལྟུང་ལྟུང་ཁམས་གསུམ་སྒྲུབ་བྱས་པའི།

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཁུ་དགྱིལ་འཁོར་ལོ་ཆོག་དེས་དོན་བྱེད་སྒྲུབ་སྟེ་རྒྱུ།

ལྷུང་བའི་ཤུགས་དང་བསྐྱུན་བྲལ་མཐུ་སྟོབས་དཔུང་།
བྱི་གང་མེད་དེ་བྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་ལས་ལགས།

ཨ་མའི་ཤེས་བྱའི་ཆོས་ཚུལ་ཇི་སྟོང་ཀྱུན་།
བྱིད་ཐུགས་ཟབ་མོའི་འཛིངས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་།
ཆ་ཤས་ཆོག་འབྱུལ་ཅམ་གྱིས་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་།
བདེ་སྒྲག་གོལ་བ་བྱིད་ཀྱི་འགྲོ་དོན་ལགས།

ཨ་མའི་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཕྱོགས་བརྩའི་ཁིང་།
ཀྱུན་བྲལ་ཀྱུན་ཏུ་པཐ་བདེའི་མཛད་སྤྱོད་དག།
བྱིད་ཀྱི་ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་ཉག་ག་ཅིག་ལས།
བྱུང་ཡང་འདྲུའམོད་སྒྲོས་པས་དབེན་པ་ལགས།

ཨ་མའི་དཀོན་མཆོག་མ་ལུས་བྱིད་ཁོ་ནར་།
འདུས་ན་སྐྱབས་གནས་སུ་ཁྱིལ་ཅི་ཕྱིར་འཆོལ་།
བདག་སོགས་མེད་སྤང་འབྲུལ་བའི་འཁོར་རྒྱུན་འདི་།
མཆོད་དེ་སྤྱོད་བྱིད་ཀྱིས་སྐྱབས་མཛད་གསོལ།

༥ སྐབས་འདིར་ཕྱི་ནང་གསལ་བ་ཡི། མཐུལ་མཆོད་པ་འདི་བཞིན་འབྲུལ།

༥ ཨོ་ཨྲཱེ་ཧྲཱི།
སྤྱིང་བཞི་འཛིག་རྟེན་རབ་འབྲུམས་རྒྱུད་མཆོམས་སྒྱུར།
རབ་འབྲུམས་རྒྱུ་མཆོའི་ཁིང་གི་འབྱུང་བའི་ཆོགས།

རིག་པ་མ་བཅོས་མ་ཡེངས་པས།
བཟླས་པ་བརྒྱ་སྟོང་གི་འབྲུམ་བཟླ།
སྒྲུབ་ཆུང་གི་གནས་གསུམ་འབྲུ།
གསུམ་ལས་འོད་ཟེར་དཀར་དམར་མཐིང་།
འབྲུང་སྟེ་རང་གི་གནས་གསུམ་ཐིམ།
སྟོན་གསུམ་ལས་ཉོན་ཆོས་ཆོག་པ་དག།
སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས་དབང་བྱིན་རྒྱལ་པ་དང་།
དངོས་གྲུབ་ཡེངས་རྫོགས་ཐོབ་པར་དམིགས།
བསྟན་སྒྲུབ་བྱེད་པ་ལ་ལས།
སྒྲུབ་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ལན་གཅིག་གི།
ཁུ་པ་འབྲུམ་སྒྲུབ་ཆར་མི་ཤོད་།
ལམ་ཟབ་སྒྲུབ་ཀྱི་དབང་ཐོབ་ནས།
ལྷུང་བ་ཉིད་དུ་མངོན་འཛད་རྒྱ།
ཞེས་སོགས་རྒྱུད་ལུང་བརྗོད་མི་ལང་།
པཐ་ཡོན་ཉམས་ལེན་བརྟེན་ལ་རེག།
ཐུན་མཚམས་གཏོར་མ་བདུད་ཅི་ཡི།

མཆོད་པ་འདིས་ཀྱང་ཆོག་སེལ་ཆོག་འཕེལ།
 བདག་ཉིད་ལྟར་གསལ་བྱས་སྟེ་ཀའི་རྩྭ་ཡིག་ལས།
 ཨོྩཱྤཱུ་འཕྲོས་བདུད་རྩི་མར་བཅས།
 མ་དག་འབགས་བཅོག་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི།
 བདུད་རྩི་རྒྱུ་མཆོ་འདོད་ཡོན་ལྷན་ཆོག་སྒྲུབ།

ཨོྩཱྤཱུ།

རང་བཞིན་གསལ་མཛད་སྐབས་མཆོག་གཏོར་མ་དང་།
 དོབ་སྟོང་ཉིད་ཤེས་རབ་བདུད་རྩི་ཆེ།
 གཉིས་མེད་ཏིང་འཛིན་མཐུ་ཡིས་བྱིན་བསྐྱབས་ནས།
 རྩེ་བཅུན་བྲམ་མའི་ཆོག་སེལ་མཆོད་པར་འབུལ།
 ཡི་དམ་ལྟ་དང་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲུབ་རིགས།
 མཆོད་ཤེས་ཀྱུན་ལ་མཆོད་པའི་སྒྲིབ་ལུལ་བས།
 བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་པའི་འགལ་སྒྲིབ་ཞིབ་དང་།
 མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་སྒྲུབ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ།

ཨོྩཱྤཱུ་རུ་དེ་མ་རྒྱུ་ཀྱི་རྩྭ་ལ་ས་བྲུ་རི་མྱ་ར་ཨི་དྲི་བ་ལི་རྟ། ཨ་མྱི་ཏ་
 བུ་ཐ་ཐ་ཐ་ཏི་ཐ་ཏི།

༥ དེ་ནས་སྒྲུ་བས་འདིར་འདོད་དོན་གྱི།

གསེལ་གདབ་ཐུགས་ཟེའི་ཐིམ་ལས་ལ།

བསྒྲུལ་བའི་ཚོག་འདི་དད་གུས་དང།

གདུང་བའི་ལུགས་བསྐྱེད་ཐོབ་ཏུ་བྱའོ།

ཐོགས་དུས་རྒྱལ་བ་ཐུགས་ཟེའི་མངའ་བདག་ཀུན།

ཡོངས་རྒྱལ་བདག་སོགས་སྟོགས་དུས་གདུལ་བྱའི་ཚོགས།

འདུལ་མཛད་ཟེའི་བཙུན་སྒྲུ་མ་ཚར་དངར་ནམས།

མཁྱེན་བཟེ་ཡེ་ཤེས་གཟིགས་པ་སྒྲིབ་མེད་ལ།

བདག་སོགས་མྱོངས་པས་སྟོན་བསྒྲུལ་མི་འཚལ་ཡང།

ལྷ་བརྒྱ་ཐམས་ཀྱི་དང་ཚུལ་དང།

འཛིན་བསྟོན་པ་གཟུགས་བརྟན་ལ་སྦྱོད་པའི།

ནམ་འགྱུར་མི་བཟད་དན་པའི་སྣང་ཚུལ་འདི།

མཁྱེན་པའི་སྦྱོན་ལྷན་ནམས་ཀྱིས་གཟིགས་བཞིན་དུ།

ཐུགས་ཟེའི་ཁུ་སྟོབས་བཏང་སྟོམས་མི་འཛོག་ཅིང།

དམུ་མོད་གདུལ་བྱ་ཡལ་བར་མ་དོར་བར།

གདུལ་དཀའ་འདུལ་བའི་ཐིམ་ལས་དུས་ལ་བབས།

སྒྲིབ་བརྩུང་འབྱུང་འབྱུང་འཕོ་འབྱུང་ན་གྲོང་གིས།
 སྒྲིབ་སྒོ་བཟོད་དཀའི་སྒྲིབ་བསྐྱེད་དུ་མས་གཟིར།
 བད་མུག་འབྱུག་ཅོད་འབྱུང་པོའི་འཆོ་བ་མོགས།
 མ་ལུས་ལྷུང་དུ་ཁྱིབ་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

བསྐྱེད་ལ་ཁྱུགས་ན་མས་ཆགས་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲོང་གིས།
 སྒྲིབ་དཀྱུགས་སྒྲོམ་གསུམ་འིང་དོར་བག་མེད་ཀྱི།
 སྒྲིབ་པས་དུས་འདའ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་མི་བཅུ་བ།
 མཐའ་དག་ཆོས་བཞིན་སྒྲིབ་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

སྒྲིབ་འབྱས་དམ་སྒྲོམ་འི་གཉིས་སྒྲིབ་བསྐྱེད་ཁིང།
 ཁ་ན་ཐོའི་ཟས་དང་སྒྲིབ་པས་གཡེངས།
 དུག་གསུམ་མེ་འབར་རང་གཞན་སྒྲིབ་བསྐྱེད་པའི།
 ཆོས་གཟུགས་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

སྒྲིབ་བསྐྱེད་ན་ལའ་འབྱོར་སྒྲིབ་པའི་གང་ཟག་ན་མས།
 ཟག་བཅས་ལམ་དང་སྒྲིབ་སྒྲིབ་མི་བསྐྱེད་པར།
 བད་སྒྲིབ་ལྷུང་འབྱུག་ཡེ་ཤེས་ཕྱག་སྒྲུ་ཆེ།
 མ་ཞོར་མ་ཞོར་དུ་འབྱུང་པར་བྱིན་གྱིས་ལྷོབས།

ཡོན་ཏན་ལྷུང་སྒྲིབ་ལམ་ཏན་གསུམ་སྒྲོམ་ལ།
 ཞེན་འདོད་དར་འཛིན་ཁོང་སྒྲིབ་མི་ཁྱུགས་པར།

སལམ་རྣལ་འབྱོར་བཞི་འབྲས་མཐར་ཕྱིན་ཏེ།
 གླུ་བཞི་དབྱེར་མེད་འཁྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས།
 ཚོའདྲིའི་འདོད་དོན་དངོས་གྲུབ་ཐུ་མོ་དང་།
 ཚོས་བརྒྱད་ཁོང་དུ་བཅངས་པའི་འགྲོ་དོན་སྐབས།
 དོན་གཉིས་འདྲ་མིན་བདུད་གྱིས་མི་བསྐྱབ་པར།
 མཚོག་དངོས་ཡང་དག་འཁྲུབ་པར་བྱིན་གྱིས་རློབས།

༥ དེ་ནས་མཐུག་གི་ལས་རིམ་རྣམས།
 བྱ་བ་འམ་བདལ་ཏེ་དུས་བཟང་གི།
 ཚོགས་མཚོད་བྱ་བར་སྒྲོའངོས་ན།
 སྤྲིག་པས་བསྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པའི།
 ཚོགས་གྱི་ལོངས་སྒྱུད་གང་འབྱོར་བ་ཤམས།
 ཐོང་པའི་བདུད་རྩི་འཐོར་བྱས་ལ།
 བསང་སྒྱུད་བྱིན་རླབས་འདི་བཞིན་བྱའོ།
 ཨོྫ་བཙྰ་ཨ་མྲི་ཏ་ཀྲཱ་ལི་ཏ་ཅ་ཏ་ཅ་ཏུ་ཕའེ་

བདག་ཉིད་ཐུགས་ཀའི་རྩྱུ་ལས་རྩི་ཡི་ཁྱོ།
 འཛོམས་པ་ལས་བྱུང་ཡེ་ཤེས་མེ་རླུང་ཚུས།
 ཚོགས་གྱི་འབགས་བཙོག་རྩི་མ་བསྐྱེགས་གཏོར་བ་གྱས།
 ཨོྫ་ཨྲཱཱྃ་འཛོམས་སྒྱུད་རྩྱུ་ལས་སྐར་བ་ཡིས།

ཚོགས་རྒྱུ་དེ་བུ་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅི་ལ།
 བླ་པ་གཟུགས་སྒྲིབ་དེ་བུ་བྱེད་ཅི་ལ།
 ཟག་མེད་འདོད་པའི་ཡེ་ཤེས་བསམ་ཡེས་ཀྱིས།
 སྒྲུབ་པ་མཚོག་སྒྲིབ་པའི་ཚོགས་བླ་པ་མེས་བྱེད་སྒྲུབ།

ཨོཾ་ཨཱུཾ་ཧཱུྃ།

དེ་ནས་ཚོགས་མཚོད་མཐོན་སྒྲུབ་བླ་པ།
 སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་དུ་དང་གྲུས་ཀྱིས།
 སྒྲིབ་བསྐྱོད་ཅད་ཉལ་བྱེད་སྒྲུབ།
 དེ་དང་སྒྲིབ་མཐོན་གཅིག་འདི་སྒྲིབ་སྒྲུབ།

ཧཱུྃ། གནས་རང་བཞིན་སྒྲིབ་སྒྲུབ་ཚོས་ཀྱི་དེ་བྱེད་སྒྲུབ།
 ཡུལ་དངོས་འཛིན་བླ་པ་བའི་ཞིང་ཁམས་ནས།
 དོན་ཚོས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་དང་བླ་པ་བའི་གདངས།
 རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་པ་ནས།

གནས་དམའོག་གཅིང་མཐོག་སྒྲིབ་པ་འདིར།
 དུས་བྱེད་པར་ཅན་གྱི་དགོ་མཚན་ལ།
 བླ་པ་གྲུབ་གདུང་བས་སྒྲིབ་པ་བྱེད་བླ།
 ཚོགས་འཁོར་ཡེ་ཤེས་འདུ་བར་གཤེགས་སྒྲུབ་པ་སྒྲིབ།

སྐྱུ་གསལ་སྟོང་འཇའ་འོད་ལམ་སེལ་མ།
གསུང་དོན་མཁུར་དབྱངས་ཀྱི་རུ་རུ།
ཐུགས་བདེ་སྟོང་ཏིང་འཛིན་ཆེ་མས་སེལ་མ།
འདི་བྱིན་རྒྱལ་མཐོང་བ་ཅིང་ག་ཤེགས་སུ་གསེལ་མ།

གནས་གང་ཟག་མཆོད་རྗེས་འཛོམ་པ་ཡིན།
དུས་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོའི་དགའ་སྟོན་ལ།
རྗེ་སྤྱོད་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོལ་བ་ཅས།
ཆོག་སེལ་མཆོད་པའི་མགྲོན་དུ་ག་ཤེགས་སུ་གསེལ་མ།
གུ་རུ་དེ་མ་རྒྱ་གི་ཁྱི་སེལ་ཡ་ཨ་མེ་ཤ་ཡ་མིང་མིང་ཨེ་

༥ དེ་ནས་ཆོག་སེལ་ཀྱི་ཞལ་ཟས་ཀྱི་བྱ།
ཆོན་པ་གསུམ་དུ་སྒྲིལ་བ་ཅས་ཏེ།
ཐུང་ནམས་རིན་ཆེན་སྟོང་དུ་སྒྲུངས།
ལྷག་མའི་མགྲོན་ལ་འབུལ་སྤྱིར་བཤམས།
ཐོད་པའི་བདུད་རྩིས་ཁྱབ་པར་བྱུང།

༥ ཏིང་འཛིན་བཅུ་དྲུག་མཆོག་དང་སྤྱོད་པའི་ལྷ།
ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོལ་སྤྱོད་བཅས་ནམས་ལ།
འོད་ཡོན་མཁུར་བྱུང་ཆོག་སེལ་ཀྱི་མཆོད་པ་འབུལ།
ཟག་མེད་དགྲིས་པ་ཆེན་པོར་རོལ་བར་མཛོད།

ཅུ་བརྒྱད་བྲ་མའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།

ཆོག་ཅིག་སངས་རྒྱལ་དངོས་གྲུབ་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།

ཡི་དམ་ལྟ་ཆོག་སྐྱབ་ཐབས་དམ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།

མཆོག་ཐུབ་དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།

དཔའ་བོ་མཁའ་འབྲུའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།

ནུམ་བཞིའི་སྤྱོད་ལས་ཐོགས་མེད་སྐྱབ་མཛད་གསོལ།

ཆོས་སྐྱོང་སྤྱད་མའི་ཐུགས་དམ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།

བསྟན་ལ་གཞོད་པའི་དབྱ་བཞག་སྐྱོལ་མཛད་གསོལ།

ག་ཏུ་ཅུ་དུ་ལྟོ་ལྟོ།

༥ བར་འདྲིར་སྐྱབ་པ་བོ་ནུམ་ལ།

དངོས་གྲུབ་ཆོག་སྐྱིལ་ངས་སྤྱོད་བཀྱ།

སྤྱད་ཁམས་ལྟ་ཡི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།

མཆོད་པའི་འདུ་ཤེས་ལྟོན་པར་བོལ།

ཆོག་སྐྱིལ་དམ་ལས་མི་འདའ་ཞིང་།

བག་མེད་ཐ་མལ་སྤྱོད་པ་སྤྱངས།

དྲི་མེད་སྤྱོད་ཐོགས་བྱ་བ་ཡང་།

དྲི་མེད་སྤྱོད་ཐོགས་བྱ་བ་ཡང་།

ངེས་པའི་དོན་ལ་འཇུག་པའི་བྱིར།

སྲུབ་ཐོབ་ན་མས་ཀྱི་དོན་མཁུར།

རྟོལ་ཞབས་ཀྱི་གང་ག་ལ།

བློ་འཁྱེད་པ་མཁུར་བསྐྱེད་དང་།

ཚོས་བྱུག་འིལ་བའི་མཁུར་སོགས་དང་།

མར་པའི་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྩེ་ལ།

ནང་གི་ཡན་ལག་བདུན་པ་སོགས།

མི་ལའི་ཐིམ་པ་ཉེར་བརྒྱད་དང་།

སྟོན་པ་དབྱུག་བཞུད་ལ་སོགས་དང་།

སྒྲམ་པོའི་བདེ་ཆེན་ཆོས་ཉིད་ལ།

གསོལ་འདེབས་གངས་དཀར་མ་ལ་སོགས།

གཞན་ཡང་དོན་བརྒྱད་སྟོར་དང་།

དམ་པའི་སྲུབ་ཐོབ་ལྔ་བཅུ་འི་སྲུ།

ལ་སོགས་ངེས་དོན་རྟོགས་མཁུར་རིགས།

དབྱེད་སྐྱོད་དང་བཅས་པ་འམ་མེད་ན་ཡང་།

གསལ་དག་སྟོན་པས་བསྒྲགས་པ་ན།

ཕྱིན་རྒྱལ་ས་ཐེངས་དང་མ་ལའང་གོ་དགེས།
 རྒྱལ་འབྱོར་ཉམས་རྟོགས་འཕེལ་བར་བཤད།
 དེ་མ་ཡིན་པ་འཛིན་རྟོག་པའི།
 སྒྲ་ཐར་གུའི་ཕྱོད་པ་དང་།

ཆེས་མིན་བཤམ་མེད་སྒྲིད་པའི་རིགས།
བྱས་ན་ཆོག་པ་གྱི་དཔལ་ཉམས་ཤིང་།
བཀའ་སྤྱད་མཁའ་འགྲོ་བྱིས་པ་ཡི།
བཀའ་ཆད་འཕྲུལ་དུ་འབྱུང་བར་གསུངས།
དེས་ན་ཆུ་ལ་བཞིན་སྒྲིད་པ་གཅེས།

༥ ཚུགས་པ་འཕྲུལ་བའི་རྒྱུ་ལྟར།
ཚུགས་པ་ལྟར་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་ལྟར།
ལྟ་བུ་ལྟར་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་ལྟར།
ལྟ་བུ་ལྟར་བྱེད་པའི་ལྟ་བུ་ལྟར།

ཨྱི་ཨྱི་གྲོ་ལྷ་མོ་སྐྱོན་དྲུག་བླ་འཇཉག་ཀྱི་ཨྱི་ཨྱི་རྒྱ་ཆེན་པོ།
 ཞེས་པའི་ཐུགས་ཀྱིས་བྱིན་པུ་བས་པས།
 དྲུག་མའི་མཚན་ཤིག་སྐྱོན་པུ་ཆེན་པོ་དཔེ་གྲུབ།
 རང་རང་ཅི་འདོད་རྩམ་སྦྱར་དཔེ་གས།

དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་ཀྱི་ལའོ་ལོ་ཆོ་ག་དེས་དོན་བྱེད་སྒྲུབ་ཆུ་རྒྱུ།

ཧྲིཿ རྩོམ་ཆོ་རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་སྐུ་བ་མཆོག་གི།
སྐུ་བ་སྐུ་བ་ལས་སྐུ་བ་དམ་ཆོག་གཉིད་བཞེད་ས་པའི།
གཞན་ཡུལ་དུ་བྱོན་ཆུ་བའི་རྒྱ་གི་མ།
ཡེ་ཤེས་ལས་དང་འཛིག་རྟེན་སྒྲུབ་ཆོག་གི།

མ་ལའ་འགྲོ་བུ་གསལ་འགྲོ་བུ་དང་ཡང་གཡོག་བཅས།
གཞན་ཡང་འཛིག་རྟེན་ལམས་སྐྱོད་མཐུ་བོ་ཆེ།
བསྐྱེད་པ་སྐྱེད་ཁིང་ནུལ་འབྱོར་སྐྱོད་བའི་ཆོག་གས།
མ་ལུས་དེ་མེད་པམ་པ་བཅོམ་གསུལ་གྱི་ལྟ།

དམ་ཆོག་བདུད་རྩི་འདོད་ཡོད་སྐུ་བ་ཆོག་གསལ་འདི།
བཞེས་ནས་སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་དེ་མེད་སྐྱོད།
ཆོས་བཞིན་སྐྱོད་པའི་གང་ཟག་མཐུན་རྟེན་སྐྱེད་པས།
རྒྱལ་ལམས་བདེ་ཁིང་སྐུ་བ་དག་བར་ཆད་ཞི།

བསྐྱེད་པ་གཞོད་པའི་བདུད་རྩི་ཐལ་བར་བསྐྱོག་གས།
ནུལ་འབྱོར་བདག་གི་མེས་པོ་བཙུང་བ་ཡི།
སྐུ་བ་ལས་མ་གཡོལ་སྐྱུ་བ་དུ་སྐུ་བ་མཛོད་ལ།
སྐུ་བ་བརྒྱད་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་ཁིང་སྐྱོད་མཛོད་ཅིག།

བཟླ་མ་ལི་རྒྱ་གི་ཁྱེད་སྐུ་ལ། ལུ་མེད་པའི་རྒྱ་ལྟེ། ཞེས་བཛོད་
སྐུ་གམ་བཤལ་ཆུར་བཅས། གཙང་ཁིང་མཐོ་བའི་རྩོག་སྐུ་འབྱུལ།

༥ དེ་ནས་མཐུག་གི་ཆོག་ལས་དང་པོར་དངོས་སྐབ་སྤང་བ་ནི།
 བྱིན་པ་སེལ་བྱུང་གནས་ཅུ་བརྒྱད་སྤྱེ་མའི་ཆོག་ས།
 ཡེ་ཤེས་ཐུགས་རྗེ་རྒྱུ་ཆད་མ་མཆིས་ཀྱང་།
 དང་འདྲིར་མཆོད་ཅིང་བསྐྱབ་པའི་དོན་འབྲས་སུ།
 སྐྱབ་མཆོག་བདག་ལ་དངོས་སྐབ་ཆར་ཆེན་པོ་བ།
 འཆི་མེད་ཆོ་དང་ཆོས་མཐུན་ཡོངས་སྤྱོད་དང་།
 ཏིང་འཛིན་ཉམས་ཏྲོག་ས་གོང་འཕེལ་ས་ལམ་བཟོད་།
 མཆོག་གི་དངོས་སྐབ་རྒྱུར་དུ་སྐྱུལ་དུ་གསོལ།
 ཀ་ལ་ལྷ་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་སྤྱི་པ་ལ་རྟོ།
 ༥ སྤྱེ་མའི་གཏོར་མ་བདུད་ཅི་བཅས།
 དངོས་སྐབ་རྣམས་སྤྱུང་བར་བྱའོ།
 དེ་ནས་ཆོ་གའི་ཉེས་བྱས་བཤགས།
 བདག་ཅག་མ་འགྲུལ་པའི་བག་ཆགས་མཐུས།
 སྤྱེ་མ་མཆོད་པའི་ལས་ལ་འགལ་འཁྱུལ་དང་།
 སྒྲོ་གསུམ་ཉེས་དང་ཡོ་བྱད་མ་དག་སོགས།
 ཅི་མཆིས་ཆོས་དབྱིངས་སྤྱོད་དུ་བཟོད་པར་གསོལ།
 ཨོྲཱ་བཟོ་སྤྱུ་ས་མ་ལཾ།

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཁུ་དགྱིལ་ལ་ཁོར་ལོ་ཆོ་ག་དེས་དོན་བྱིན་རྒྱལ་ཆུ་རྒྱུ་།

དེ་ནས་དག་བའི་ཅ་བ་ནི།

འགྲོལ་བསྐྱོད་ཞིང་སྤྱོད་ལམ་གདབ།

བདག་གིས་དག་བ་ཀྱུན་ལས་མཆོག་རབ་ལུལ།

དཔལ་ལྷན་སྤྱོད་མཁུ་གསལ་གསུམ་དགྱིལ་ལ་ཁོར་ཆོ།

བསྐྱུབས་ཤིང་མཆོད་པའི་དག་འབྲས་སྤྱོད་མཁུ་།

འདི་དང་འཁོར་འདས་ལམ་གསུམ་རྣམ་དཀར་ཀྱུན།

གཅིག་བསྐྱོད་མཆོས་མིན་བསམ་བསམ་མ་བསྐྱེད་པར།

མཁུ་འབྲས་འགྲོལ་ཀྱུན་ཆོག་གསུམ་བྱུང་ཐོབ་བྱིན་བསྐྱོད།

ལྷན་བསམ་མཁུ་དང་སྤྱོད་མཁུ་བྱིན་རྒྱལ་ཆུ་རྒྱུ།

ནམ་མཁུ་གསུམ་བྱུང་བྱིན་ཅན་པ་མཁུ་ཆོག་གསུམ།

ལས་ཉོན་འབྲས་འཁོར་སྤྱོད་བསྐྱུབས་ལྷན་སྤྱོད་གི།

སྤྱོད་ཀྱིན་འབྲས་བྱུང་བཅས་བསྐྱུབས་ཆོད་ནས།

སྤྱོད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དོན་སྤྱོད་མཁུ་ཡི།

གོ་འཕང་རྒྱུ་ཐོབ་སྤྱོད་ཀྱི་གཏུན་སྤྱོད་ཤོག།

༥ དེ་ནས་ཉོན་འབྲས་མཁུ་ཉོན་གི།

ཆར་བསམ་བསམ་ཤེས་སྤྱོད་དབྱེད་སྤྱོད།

ལྷ་ཚོས་དབྱིངས་མི་འགྱུར་དྲིའི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི།
 བྱུང་བ་དག་རིགས་མཆོག་དྲིའི་འཆང་དབང་གི།
 ཐུགས་ཐེ་ཡེ་ཤེས་དྲིའི་ཀླུ་བྱུང་པའི།
 བརྒྱ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

 ཐོག་མེད་མཁུན་པའི་ཤེས་རབ་ལུལ་བྱུང་གིས།
 ཚོས་ཀླུ་གནས་ལུགས་ཤེས་རབ་ཟབ་མོས་གཟིགས།
 སྒྲུབ་དབང་ཏྲེ་ཡེ་ཤེས་རབ་བཟང་པོ་ཡི།
 བརྒྱ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

 དེས་གསང་མཆོག་ཞུགས་ཡེ་ཤེས་ལའང་འགྲོ་ཡིས།
 ལུང་བསྟན་སྒྲུབ་ཤེས་མཛོད་སྒྱུར་མཛོད།
 ལའངས་སྒྲུབ་རྩོམ་ཡེ་ཤེས་དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི།
 བརྒྱ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

 ཐོག་མཆོག་གསང་སྒྲུབ་ཚོས་ཀྱི་བང་མཛོད་འཛོད།
 སྒྱུད་ལུང་མཁོ་དག་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྒྲུབ།
 སྒྲུབ་སྒྱུར་མཁོ་པོས་ཀྱི་སྒྲོ་བོས་ཀྱི།
 བརྒྱ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

སྤྱོད་ཚུད་པ་དེ་ཆོལ་བཞད་པའི་གངས་ཅན་ལྗོངས།

ཏིང་འཛིན་གོ་སར་བཞད་པའི་ཕྱིར་སོན་པ།

དབང་ཕྱུག་མིལ་བཞད་པ་དོན་མེད།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེད་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

ཟས་གཙང་སྤྲུལ་པོ་འཛམ་གྱི་དཔྱེག་མཆོག་གི།

དེས་དོན་བསྟན་པས་འཛམ་གྱི་དབྱུང་མཛད་པའི།

སྤྱོད་ལས་མཉམ་མེད་འཛམ་གྱི་དབྱུགས་པ་ཡི།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེད་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

བཤད་སྤྱོད་བཟུང་པའི་སྤྱོད་ལ་ཕྱུགས་མེད་པའི་གཏིར།

དྲིན་ཅན་ཅུ་བའི་སྤྱོད་ཡིད་བཞིན་འོར།

དབྱེད་མེད་རང་རིག་སྤྱོད་མ་མཛོན་གྱི་པའི།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེད་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

༥ དེ་ནས་སྤྱོད་མའི་དགྲིལ་ལ་ཁོར་ནམས།

ཐམས་ཅད་གཙོ་བོ་ཉིད་ལ་ཐིམ།

དེ་ཉིད་སྐར་མ་དཔྱུགས་པ་བཞིན།

ཚུར་བྱོན་བདག་གི་སྤྱོད་པོར་ཐིམ།

དེ་ཐེས་པ་ཉིད་དོར་སེམས་ཀྱང་།
 མཐའ་ནས་རིམ་འདུས་རྩྱུ་ལ་བསྐྱུ།
 རྩྱུ་ཡང་གྲེན་རྩོག་ཐོག་ལ་དང་།
 དེ་ཡང་མཐའ་ལ་སྒྲིབ་ཡལ་ལྟར།
 སྐྱུར་པའི་དང་ནས་དུས་གསུམ་གྱི།
 རྩོག་ཚོགས་སྒྲིབ་བྲལ་མཐའ་བཞིན་བཞག།
 སྒྲུལ་ཚོས་སྐྱུའི་རང་ཁལ་མཇལ།
 སྐྱུར་ཡང་ཐེས་ཐོབ་རིག་གཤམ་ལས།
 སྒྲིག་གསུམ་ལྟ་དང་སྒྲུལ་ལྟ།
 དེ་བྱེད་མེད་རང་རིག་ཡེངས་མེད་བསྐྱུངས།
 ཨ་འཐས་འཁྱུལ་སྐྱུར་མི་འབྱུང་ཞིང་།
 ཚོས་བསྐྱུད་ཞེན་འབྲིས་ཐད་ཀྱིས་བཅད།
 ཚོ་འདིའི་བྱ་བ་ཡིངས་ཀྱིས་བཏང་།
 སྐྱིད་སྐྱུག་གཤམ་བྱུང་ཐུགས་རྩེར་བསམ།
 མོས་གུས་རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་ནི།
 སྒྲུལ་སྐྱུབ་པའི་དཔལ་ཚོག་གོ།

དེ་ལྟར་རྒྱལ་བའི་བཀའ་གསལ་རྒྱ་ཆེའི་ཡང་སྟོང་བཅུད།
གསལ་སྒྲགས་ཅུ་བ་དོན་སྒྲིབ་དཔོན་ཉིད་སྒྲུབ་པའི།
ལས་རིམ་འདི་ནི་དགྲིལ་ལ་ཁོར་རྒྱ་མཆོག་ལུས་པའི།
མཆོག་དང་ལུལ་གྱུར་ཡང་རབ་སྐལ་བཟང་སྦྱོང་ལུལ་ལོ།

གྲིལ་དོང་སངས་ཀྱི་འཁོར་ལུ་མཐུན་པའི།
སྒྲུབ་ཡང་དོན་བྱེད་ལུས་པས་དཔོན་ཏེ་གཟུགས་བརྟན་ཅམ།
ཁྱད་པར་སྒྲགས་གྲིསྒྲིབ་སྒྲོལ་ལུག་ལེན་བྱོལ་ཡི།
སྒྲུག་པར་བཞུགས་ཏུ་བཟང་བཟང་བྱེད་དོན་གྲིས་སྒྲོངས།

དེ་སྤྱིར་ཆོག་ཏུ་དོན་གཙོར་སྒྲིབ་པ་གྲིས་ཞིག་ཅེས།
ལས་ལྟ་བུའི་མཐོག་པོ་སྒྲོལ་ཏེ་གཞོན་ལུས་པ་ཡང་དོང་།
སྒྲིགས་ཏུ་སྒྲུབ་བརྒྱུད་བརྟན་པའི་དཔལ་ཏུ་མཐོན་བྱོན་པའི།
མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུབ་པར་བརྟན་པེ་ཆེན་བཟང་པོའི་དཔལ།

གང་གི་བཀའ་མཆོད་ཇ་སྒྲུབ་གསལ་གྱི་ཅོད་པན་ཉིད།
གཙུག་ཏུ་བཅུངས་ནས་སྒྲུབ་བརྒྱུད་བརྟན་པའི་ཁབས་ཏེ་གཏུ།
སྒྲིབ་པ་བཟང་ལུག་སྒྲོལ་པས་རང་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲུལ་ལོ།
དུ་ལྟའི་ལྟུང་ལས་ལྟུང་གྱུ་བྱེད་སྒྲུབ་པའི་རིམ་ལོ་སྒྲོལ།

བཀོད་པའི་དགོ་བ་བྱང་མེམ་ཆ་ཤས་ཡོངས་རྫོགས་ཀྱི།
 མཐུ་ལུས་མཛོད་པར་གསལ་ངེས་ངེས་དོན་སྒྲུབ་བརྒྱད་བསྟན།
 རབ་རྒྱས་ཡུན་གནས་དེ་འཛིན་སྒྲིལ་བུ་ཉིང་འཛིན་འཕེལ།
 སྒྲིལ་བུ་ལ་གཙུག་བསྟེན་ཀྱེད་ཀྱང་དོན་རྒྱུ་འཆང་འབྲུབ་ཤོག།
 མཐུ་སྒྲིལ་ཐོག་ཏུ། དེ་ལྟར་ཀྱིས་བྱུང་།





ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་གཉིས་ལས་

རིལླུང་བྱང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་

འབོགས་ཆོག་ཐུར་པའི་སྒྲ་གཟེངས་

བཞུགས་སོ།།



༡༡། །འཇམ་མཐོན་བུ་རྩྭ་བོ་རྩི་མུ་བྱུང་།

གང་གི་ཐུགས་འགྱུར་སྒྲོལ་ལམ་མཐུ་ཡིས་

ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་ནམས།།

སྤྲིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་ལས་སྒྲོལ་ཅིང་

སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆེད།།

འགོད་མཛད་སྒྲོལ་བ་ཐུགས་རྗེའི་བདག་དང་

དེ་སྤྲུལ་སའ་བཞུགས་འཕགས་མཆོག་ཆོགས།།

བདག་དང་མཐའ་ལས་ཕ་མར་སྒྱུར་ཀྱུན་

ཕྱག་འཆའ་སྒྲུབས་སུ་ཉེ་བར་མཆི།།

ལམ་དམན་ལམ་ལོག་ལམ་གོ་ལ་གྱི།།

ཉེ་ཞོ་ལས་བརྒྱུག་ཡང་དག་ལམ།།

རྒྱལ་ནམས་བསྐྱོད་བ་ག་ཅིག་པའི་མཆོག།

བྱང་མཐའ་སྤྲིད་ཆེན་པོ་དང་བཞད།།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞུང་ས།

ཕྱོགས་བཅུ་དུས་བཞིར་བྱོན་བཞུགས་རྒྱལ་བ་ཀུན།

རིན་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ལམ་བཟང་ལ།

བརྟེན་ནས་གོ་འཕང་མཆོག་རབ་བརྟེན་མཛད་ན།

ཐར་འདོད་སྐལ་བཟང་འདི་ལ་ཉིར་བརྟེན་རིགས།

གང་ཞིག་སྐལ་བ་དང་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མཛད་ན་པར་མཐོ་བ་ཐེག་ཆེན་གྱི་
རིགས་ངེས་པའི་དད་ལྡན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དོན་དུ་གཉིར་བ་དག་
འོངས་པར་སྒྱུར་བ་ན། དེད་གསུམ་མེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལམ་ལ་དཀྱིབ་འཁྱུང་། ཐེག་པ་
ཆེན་པོའི་རྣམ་འབྲེན་དུ་འོས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ངེས། གནས་ཁང་གཙང་
མར་དཀོན་མཆོག་གི་རྟེན་ཇི་ཙམ་འཛོམས་ཞིབ་བཟང་བ་དང་། མཐར་ཡང་བཙམ་ལྡན་
འདས་ལ་ཉི་བའི་སྐུ་ཀྱིས་བསྐྱེད་བའི་བྱིས་སྐྱུ་ཙམ་ཞི་མེད་མི་རུང་ཞིང་། དེའི་སྐུ་
སྤར་མཆོད་པའི་ཡེ་བྱང་ཀྱང་བཟང་ཞིང་རྒྱས་པར་གཤམས་ཏེ། དེའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་རྟེན་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ཕྱིར། སྟོན་ཇོ་བོ་རྩེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་
རྒྱུ་ཤིག་ལ་བོད་སྟོན་མང་པོས་སེམས་བསྐྱེད་ཞུས་པ་ན། དེ་ལྟར་བྱུང་བའི་མཆོད་པ་ཤོས་ས་
ཤིག་གསུངས་པ་ལ། ཁོང་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་པ་ལ་ཇོ་བོ་སྐྱགས་མ་མཉམས་པར།
མཆོད་པ་དན་པ་འདི་འདས་བྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེ་གསུངས་ཏེ། ལན་གསུམ་གྱི་
བར་དུ་མཆོད་པ་དཔང་བསྟོད་དགོས་པ་བྱུང་བའི་ཡེ་རྒྱས་བཞིན། མཆོད་རྩིས་བཟང་
ཞིང་བཀོད་པའི་བྱང་པར་སྐུ་ལྷ་སྐྱུ་མཆོག་གསུངས་པར་བྱ། བྱང་སྤྲོམ་གྱི་ཆོ་གའི་ཕུག་བཞེས་

ལ་ལར་འདི་སྐབས་སུ་བར་ཆད་ཞི་ཞིང་ཚོགས་ཚྲོགས་ཕྱིར་གཏོར་མ་ཡང་ཅི་འབྱུང་
བཤམ་དང་འབྱུལ་བའི་ཚུལ་གསུངས་པ་ཡོད་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟར་བྱ་བར་སྒྲོ་བའང་དེ
ཀའི་ལུགས་བཞིན་བྱར་རུང་མོད་ཀྱང་། འདིར་ཁྱིའི་རྟོན་པ་གཉིས་ཀ་མཛད་ལུགས་
ཡིན་ཕྱིར་གཏོར་མ་མེད་པའི་ལུགས་ལྟར་བྱས་པ་ཡིན་ཞིང་།

གང་ལྟར་ཡང་། སྒྲོ་བ་དཔོན་དུ་འོས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ཉིད་ཚོས་
ཀྱི་བྱིས་ཏྟན་བཟང་པོ་ལ་འཁོད་པའི་བྱང་ན། སེམས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པའི་སྒྲོ་བ་མ་
ནམས་གུས་ཕྱག་དགུ་ཕྱགས་སྒྲོ་བ་དུ་བཏང་ལ་དངོས་པོ་དག་པའི་མེ་ཏྲོག་དང་བྱང་
ཚུབ་ལ་ཉེ་བར་དམིགས་པའི་དད་པ་དང་བཅས་པའི་མདུན་དུ་བུས་བཅུག་ཐལ་སྒྱུར་
བྱིས་འདུག་པ་ལ། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མཚོག་དེས་འཇམ་ཁིང་བརྟེན་འབྲོང་པའི་
དག་གིས་འདི་སྐད་གང་མ་པར་བྱའོ།

༥ ཨེམ། སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པའི་རིགས་ཀྱི་བྱང་དང་བུ་མོ་ནམས་།
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་མཚོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་འདོད་པ་ཁྱིའི་ཁྱུ་ཡང་དོ་མཚར་གྱི་མཚོག་
དང་རབ་དང་སྐལ་དུ་སྒྱུར་པ་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན་གནས་སྐབས་སུ་འཛིག་
རྟོན་དང་འཛིག་རྟོན་ལས་འདས་པའི་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་
སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འབྱུང་བ་དང་། མཐར་ཐུག་བླ་ན་མེད་པ་རྫོགས་སངས་རྒྱུས་
ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པ་ཡང་འདི་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པའི་ཕྱིར་ན། མཛོན་པར་མཐོ་བ་དང་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར།

ངེས་པར་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་རུས་པ་དང་
ཕན་ཡོན་ལས་བྱུང་བ་སྟེ། ཇི་ལྟར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་སྤྱུ་ཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་
རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་སྤིང་རིན་པོ་ཆེ་སྤྱོད་དང་ལྡན་ཞིང་རྟེན་ཁམས་ཁོར་བསྐྱར་རུས་པ་དང་།
སྤྱི་རྒྱལ་པོ་ཆོངས་པ་བརྒྱ་བྱིན། གླུའི་དབང་པོ་འཛིག་རྟེན་བདེ་བར་རྒྱུད་བ་ཐམས་
ཅད་དང་། མིའི་ནད་ན་རྒྱལ་རིགས་ཆེ་ཁོང་མཐོ་བ་དག་དང་། བྲམ་ཟེའི་རིགས་
ཤིང་སྤྱུ་ལ་ཆེན་པོ་སྟེ་བྱུང་། སྤྱི་བདག་བསོད་ནམས་དང་འབྱོར་པས་མདོན་པར་
མཐོ་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་ཕན་ཡོན་ལས་བྱུང་བ་འབའ་ཞིག་
ཡིན་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བྱུང་། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་།
བདུད་རྩི་འུ་རི་རྒྱུ། རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་ཁུངས། མ་ཆོས་པའི་ལོ་རྟེན། །ནད་སེལ་བའི་
སྤྱོད་མཆོག་ལ་སོགས་འཛིག་རྟེན་གྱི་དཔལ་ཡོན་ཇི་སྟོང་པ་ཡང་རྒྱལ་བ་སྤྱུ་བ་ཅས་
ནམས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་སེམས་མཆོག་བསྐྱེད་པའི་མཐུ་བྱིན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ།

རྒྱལ་ཡུམ་ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་འཛིག་རྟེན་ན་
ཡོད་ནསྟེ་དང་མིའི་འཛིག་རྟེན་ཡོད་དོ། །རྒྱལ་རིགས་ཆེ་ཁོང་མཐོ་བ་དང་། བྲམ་ཟེ་
དང་སྤྱི་བདག་ཆེ་ཁོང་མཐོ་བ་ནམས་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་དོ། །གསེར་དང་དཔལ་
དང་བྱེད་ཅུལ་སོགས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་འཛིག་རྟེན་ན་ཡོད་དོ། །ཞིས་གསུངས་
པ་བཞིན་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གཙིགས་ཁོན་བཞུགས་པའི་ཡུལ་ཁམས་
གདན་བདེར་ནད་དང་མཆོན་དང་ལུགས་སོགས་ཀྱི་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་། འབྱུང་བོ་

ཤ་ཟེ་མི་མ་ཡིན་གྱི་འཆོ་བ་ཡང་མི་འབྱུང་བ་ཉིད་དེ། འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྟོན་པ་འདི་རྒྱལ་པོ་
བྲམ་མ་པའི་སྟོན་པས་སྒྱུ་སྒྲིབ་བཞེས་ནས་བཞུགས་པའི་ཡུལ་ཁམས་སྒྱུ་གཞི་དེ་སྒྱིབ་ཤ་
ཟེ་སྒྲུབ་ལྡན་འཆོ་བར་མ་ལུས་པའི་སྒྲིབ་རབས་ནམ་ཐར་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བ་
ལགས་པ་དང་། ལུག་མོང་མ་ཡིན་པ་དེས་པར་ལེགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱ་དང་ས་
བོན་ནི་འདི་ཁོ་ན་ལས་གཞན་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་འབྱུབ་སྟེ།

སྒྲིབ་འཕྲུག་ལས།

དགོ་བ་གཞན་ཀྱི་འཕྲུག་ཤིང་བཞིན་བུ་ནི།

འབྲས་སུ་སྒྲིབ་པས་ཟད་པར་འབྱུང་བ་ཉིད།

བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་སྟོན་ཤིང་ཏྲག་པར་ཡང་།

འབྲས་སུ་འབྱིན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་བྱེད།

ཅུས་སོགས་དང་།

སྒྲིབ་པོ་བཞུགས་པར་ཡང་། རིགས་ཀྱི་བྱུ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་སངས་
རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ།

ཞེས་སོགས་མཐའ་ཡས་པར་གསུངས་སྟེ། བྱིད་ཅག་ལ་འདི་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་
པར་འདོད་པའི་སྒྲོ་ཡོད་པ་ཡང་སྟོན་གྱི་ཆོ་རབས་མང་པོ་ནས་ཆོ་གས་གཉིས་བསམ་གས་
པའི་འབྲས་སུ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་དང་མིང་ཅམ་ཐོས་པར་ཡང་
ཤིན་ཏུ་དཀའ་བར་གསུངས་ནས། བྱིད་ནམས་བསོད་ནམས་ཀྱི་མཐུ་དང་སྒྲུབ་པ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ལོག་སུ་ཐོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞི་དཔལ་

བཟང་བར་གདོན་མི་བཟང་ཉིད་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཡང་རྒྱ་མེད་པ་ལས་མི་
སྐྱེ་བས་ན་རྒྱ་ཆོག་སེམས་ཚད་དགོས་ཏེ། རྒྱ་ཁྱི་བཀའ་བསྟན་བཅོས་ནས་སེམས་ལས་གསུངས་
ཚུལ་དུ་མ་ཆོས་ཏེ། དེ་ཡང་འཕགས་པ་ཆོས་བཅུ་པའི་མདོ་ནས་རྒྱ་བཞིར་གསུངས་
པ་སྟེ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་མཐོང་བ་དང་། དཀོན་མཆོག་ལ་དད་པ་དང་།
སེམས་ཅན་གྱི་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་བས་སྟིང་མེ་བསྐྱེད་པ་དང་། དག་བའི་བཤེས་
གཉེན་གྱིས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པ་དང་བཞིར་གསུངས།

མཐོན་པོ་བྱུངས་པས་ནི། རིགས་སྤུན་སྤྲུལ་ཆོག་སེམས་པ། དག་བའི་བཤེས་
ཀྱིས་ཟིན་པ། སེམས་ཅན་ལ་སྟིང་བཅེ་བ། གཞན་དོན་སྦྱོང་པ་ནས་ཁོར་བའི་སྤྲུག་
བསྐྱེད་སྟེ་གསུངས་ཀྱི་དཀའ་བ་བཟོད་པ་དང་བཞིར་ཡང་གསུངས།

སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟ་ས་ནི། རྒྱལ་བའི་བྱིན་རྒྱལ་སེམས་ཀྱི་མཐུས་བྱང་ཆུབ་
ཀྱི་རིགས་སྐད་པར་དང་། དད་པ་དང་སྟིང་མེའི་སྟོབས་སྤུན་སྤྲུལ་ཆོག་སེམས་པ་དང་ལྟན་
པ་ལ་བཞེད། སྤྱོད་དཔོན་ཐོག་སེམས་མེད་ཀྱིས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སར་བཤད་པ་
བཞིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རིགས་སུ་ངེས་པ་དག་བའི་བཤེས་ཀྱིས་ཟིན་པ། སྟིང་མེ་ཆེ་བ།
སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱི་དཀའ་བས་མི་འདིགས་པ་སྟེ་རྒྱ་བཞི་དང་། བདེར་གཤེགས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ལ་མོས་པ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཐོས་པ། དཔལ་པའི་ཆོས་ལུབ་པར་ཉི་བར་མཐོང་བ།

མེམས་ཅན་གྱི་ཉོན་མོངས་པ་མཐོང་བ་སྟེ་རྟོན་བཞི་དང་། རང་དང་གཞན་གྱི་བསམ་
པ་དང་རྒྱ་དང་སྦྱར་བའི་སྟོབས་དང་བཞི་སྟེ་བརྩ་གཉིས་ལ་བཞེད།

ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་ནི། རིགས་གྱི་རུས་པ་སངས་ཀྱི། དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་
བསྟན་ཅིང་དེ་ལ་སངས་རྒྱུས་གྱི་འདུ་ཤེས་སྐྱེས་པ། བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་རྒྱ་ཆེར་
བསགས་པ་སྟོང་རྗེས་དང་ལྡན་པ། དད་པ་བྱུང་པར་ཅན་གྱི་སྟོབས་དང་ལྡན་པ།
ཐོག་ཆེན་གྱི་སྐྱབས་འགྲོའི་སྒྲིབ་པ་དང་ལྡན་པ་སྟེ། དེ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤུག་ཆང་དགོས་པར་
བཞེད་ཅིང་། དེ་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་བསྟུན། སྒྲིབ་དང་དགོན་མཆོག་ལ་དད་པ།
ཁམས་གསུམ་མེམས་ཅན་ལ་སྟོང་རྗེ། བྱང་ཆུབ་སྐྱབས་རུས་པའི་ཤེས་རབ་དང་གསུམ་
པོ་ཆང་དགོས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་དེད་ག་པལ་ཆེར་བྱེད་ཅག་ལ་ཆང་བར་
གཞི་བྱུང་ལ། རྟོན་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་བྱས་ནས་མེམས་བསྐྱེད་ཐོབ་དགོས་
པ་ཡང་བདག་གིས་བགྱིས་པས་ཆང་བར་རུང་ལགས། དེ་རྒྱུ་ལྱའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་མེམས་
རིན་པོ་ཆེ་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པའི་ཐབས་ལ་མདོ་དོན་རྣམས་པ་ཤུག་གི་སྒྲོ་ནས་སྟོན་པ་ཡིན་ཏེ།
གང་ཞེན། གང་གིས་སྤང་བའི་རྟོན་གྱི་གང་ཟག། གང་ལས་སྤང་བའི་ཡུལ་གྱི་
བྱུང་པར། གང་སྤང་བའི་བྱང་ཆུབ་མེམས་གྱི་དོ་བོ། རིམ་ལེན་པའི་ཆོ་གའི་
རིམ་པ། སྤངས་པ་དེ་མི་ཉམས་པར་བསྐྱུང་ཞིང་སྦྱོང་ཐབས། དེ་རྒྱུ་ཐོབ་ཅིང་བསྐྱབ་
པའི་ཡོན་ཏན་བསྟན་པ་དང་ཤུག་གི་སྒྲོ་ནས་པར་བགྱིད་དེ།

དེལས་དང་པོར། སེམས་བསྐྱེད་པའི་རྟོ་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཐུན་མཛོད་དང་བྱང་
 པར་གཉིས་ལས། ཐུན་མཛོད་ནི་གོང་དུ་བརྗོད་པའི་རྟོ་སྒོལ་མཆོད་ཉིད་ཅི་རིགས་ཆང་
 བ་དང་། བྱང་པར་གྱི་རྟོ་སྒོལ་དེ་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱི་དོ་བོལ་བྱང་མེད་རུང་ནམ་པར་
 ལྟར་ན། འཕགས་ཡུལ་ཟབ་མོ་ལྟ་བུའི་རྟོ་སྒོལ་དང་། རྟོ་སྒོལ་སྐྱེད་པའི་རྟོ་སྒོལ་པའི་ས་
 རྒྱལ་བའི་བཀའ་དཔོན་པོ་ལས་འབྱེད་ལུ་གྱི་ཤིང་རྟོ་སྒོལ་ཆེན་གཉིས་སྤྲུག་གསུམ་པའི།
 འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་སྤྲུག་དང་བྲམས་མགོན་ཐོགས་མེད་གཉིས་ཀྱི་བཞེད་གཞུང་ལས་
 བྱུང་བའི་བྱང་པར་ལ། དེང་སང་བོད་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ཡང་དབུ་མ་ལུགས་
 དང་སེམས་ཅམ་ལུགས་ཞེས་ཐ་དད་དུ་འབོད་པའི་སྒོལ་དར་མོད་ཀྱང་། ལྟ་བུ་དབུ་
 སེམས་ཐ་དད་དུ་གྲགས་པ་ལས། སེམས་བསྐྱེད་ལ་དབུ་སེམས་སེ་སེར་ཡོད་པར་
 བཀའ་བསྟན་བཅོས་བྱུངས་མ་དག་ལས་ཀྱང་མི་འབྱུང་ཡང་། རྟོ་སྒོལ་པའི་བཀའ་
 སྒོལ་གཉིས་པ་ལ་ཕྱག་བཞེས་རྟོ་སྒོལ་བསྐྱེད་པའི་རྟོ་སྒོལ་ཅུང་ཟད་མི་འད་བས་དབུ་སེམས་བསྐྱེད་
 དུ་མིང་ཐོགས་པ་ལགས་ཤིང་། དེས་ན་འཕགས་པ་འཇམ་དབྱངས་ནས། ཀྱི་སྤྲུག་
 དང་ཞི་བ་ལྟ་སྟོན་ཐོགས་ཟབ་མོ་ལྟ་རྟོ་སྒོལ་གྱི་བཞེད་གཞུང་ལས་ནི་ལྟ་སྟོན་ཐོགས་མི་མ་
 ཡིན་དང་། མིའི་འགྲོ་བ་བདེ་ཤེས་ཤིང་དོན་གོ་བ་དང་དང་སྤྱིང་རྒྱུ་ལྟ་བུ་སྤྲུག་
 རྟོ་སྒོལ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྟོ་སྒོལ་དང་སྐྱེད་དུ་རུང་བར་བཞེད་དེ།
 རྟོ་སྒོལ་རྟོ་སྒོལ་པ་ཉིད་ཞེས་བཞུགས་པའི་རྟོ་སྒོལ་སྤྲུག་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ལྟ་སྟོན་མིའི་བྱང་
 སེམས་བྱངས་མེད་མཆིས་མོད་ལ།

ཡང་། དེ་དག་མངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུ་བྱིན་ཡིན་གྱི། གཞན་གྱིས་དེ་ལྟར་མི
བུས་སམ་སྟམ་ན། རྒྱ་བོད་ཀྱི་སྐྱེས་ཆེན་མང་པོས་མ་ཡིན་པའི་འགྲོ་བ་དུ་མ་ལ་སེམས་
བསྐྱེད་གནང་ཚུ་ལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་མཐའ་ཡས་པ་བཞུགས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་
ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་གང་ཡིན་པ་དེ་དག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་དེས་པར་སྐྱེ་
བར་བཞེད་ཅིང་། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་ཡང་སྒྲོས་པ་ཉི་མ་བསྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཛད་།

༥ འཕགས་པ་བྱམས་མཐོན་ནས་ཐོགས་མེད་སྐྱེ་མཆོད་སོགས་རྒྱ་ཆེར་
སྐྱོད་རྒྱུད་པའི་བཞེད་སྒོལ་ལ་ཁྱིལ་དང་སྒྲིལ་སྟབ་པ་སོགས་ལ་དེས་འབྱུང་དང་ཐར་པ་
འདོད་པའི་ལྟག་བསམ་མེད་པས་ན། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་ཁྱིལ་གསུམ་གྱི་དལ་
འབྱོར་ཆོང་བ་དག་དང་། དེ་ལ་ཡང་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གང་རུང་གི་སྒྲིམ་ལྟར་དགོས་
པར་བཞེད་ཅིང་། དེ་དང་མཐུན་པར་རྩི་བོས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ལམ་སྒྲོ་བ་དུ་དེ་ལྟར་
གསུངས་པ་ནི། དེ་དུས་བོད་ཡུལ་འདིར་མདོ་སྨད་གས་གང་དང་མི་མཐུན་པའི་སྐྱོད་
ཅིང་པ་མང་པོས་བསྟན་པ་ལ་ཆེ་འབྱིན་པ་དེ་དག་ལ་དགོངས་པའི་དགོས་པ་བྱུང་པར་
ཅན་ལ་གཟིགས་ཤིང་བསྟན་པའི་ཞབས་འདེགས་ལ་དགོངས་པར་གསལ་ཏེ།
མདོར་བརྒྱུད་ཆེན་སྐྱོད་རྒྱུད་པའི་ཕྱག་བཞེད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆོག་གི་ལས་རིམ་ཡང་
རྒྱས་པར་མཛད་པ་དང་། དེ་ལྟར་ཤིང་རྟེན་སྒོལ་ལུགས་གཉིས་པོ་གང་ལས་ཐོབ་
ཀྱང་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་པ་ལ་བྱུང་པར་མ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

མཆིས་མོད་ཀྱི། རྣམ་རྟོན་གྱི་བཞེད་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་བྱུང་བར་ལ་དབལ་ནས།
སེམས་བསྐྱེད་ཁུ་བའི་གང་ཟག་བྲིམ་པ་ཕོ་མོ་སོགས་ལྟ་བུལ་ཟབ་མོ་རྒྱུད་ཀྱི་
ལུགས་དང་། གང་ཟག་སོ་ཐར་གྱི་རྣམ་ལྟོན་དག་གིས་འི་རྒྱ་ཆེན་སྤྱོད་རྒྱུད་ལྟར་གྱི་
སེམས་བསྐྱེད་ལེན་པ་སྐབས་སུ་བབས་པ་ལགས།

༥ གཉིས་པ་གང་ལས་བྱུང་བའི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་བར་གྱི།

སྒོ་བ་དཔོན་ཅན་ཤོ་མིས།

བྲམ་རྣམ་པ་ལ་གནས་ཤིང་།

བུས་དང་ལྟན་ལས་བྱུང་བར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ལ། བྲམ་འི་མཆོན་ཉིད་ཀྱང་། སྒོ་བ་དཔོན་ཞིབ་
ལྟས་གྱི། ཐེག་ཆེན་དོན་ལ་མཁས་ཤིང་། བྱུང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་སོགས་གི་སྤྱིར་ཡང་
མི་གཏོང་བཞིག་ལ་བཞེད།

འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི། ཆོས་དང་མཐུན་པ། བྱུང་རྣམ་དང་ལྟན་པ།
ཐེག་ཆེན་ལ་མཁས་པ། དག་གི་ནམ་པར་རིག་བྱེད་ཀྱི་དོན་འཛིན་ཅིང་གོ་བར་
བྱེད་བུས་པ། མ་དང་པ་མེད་པ། སྤྱིང་རྟོན་དང་ལྟན་པ་སྟེ། མཆོན་ཉིད་བུས་
ལྟན་ལ་བཞེད།

ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་གྱི་དོན་དང་། བསྐྱབ་པ་ལི་གནས་མཐའ་དག་
 རྟོན་པ་ལ་མཁས་པ། རང་ཉིད་བྱང་ཆེན་མཁས་ཀྱི་སྡོམ་པ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པར།
 སྡོམ་མ་ལ་སྡོམ་པ་འབོགས་པར་བྱེད་པ་ལ་སྐྱོ་དྲུབ་མེད་ཀྱང་དཀའ་བ་བཟོད་པ།
 ཟང་ཟིང་སོགས་ལ་མི་བཟླ་བའི་སྟིང་རྩེས་སྡོམ་མ་རྩེས་སྤུའཛིན་བྱས་པ་སྟེ། མཆོན་
 ཉིད་བཞི་ལྟ་བུ་དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། བཞེད་ཚུལ་དེ་ཐམས་ཅད་དོན་གྱི་དགོངས་
 པ་གཅིག་ཏུ་འབབ་བྱིན། ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ལས་བྱང་བར་བྱ་ལ།
 གལ་ཏེ་བཤེས་གཉེན་དེ་ལྟ་བུ་མ་བཞུགས་པ་འདུ། བཞུགས་ཀྱང་དེའི་སྤྱོད་སྤྱར་འགོ་
 བ་མ་ལུས་སྟོག་དང་ཆོངས་སྟོང་སོགས་ལ་བར་ཆད་དུ་འགྱུར་བའི་འཛིགས་པ་དང་
 བཅས་པ་ཞིག་ཡིན་ན། དཀོན་མཆོག་གི་རྟེན་གྱི་དྲུང་དུ་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱང་བཟང་
 པོ་དང་བཅས་པས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱང་དུ་རུང་ཞིང་། གལ་ཏེ་ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་
 དབང་དུ་སྤྱར་པ་ལྟ་བུས་དཀོན་མཆོག་གི་རྟེན་དག་ཀྱང་མ་འཛོམས་པར་སྤྱར་ན་ནི་
 མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་དཀོན་མཆོག་བསྐྱེད་པ་ལས་ཀྱང་བླ་བར་གསུང་མོད་ཀྱི།
 རྟེན་ཅིང་འཛོམ་ན་ནི་དགོས་པའི་བཤེས་གཉེན་ཁོ་ན་ལས་ལེན་པར་བྱ་སྟེ། དེས་སྤང་
 བྱང་གི་གནས་མཐའ་དག་རྟེན་ཅིང་ལུང་འབོགས་པར་བྱེད་པ་དང་། ཐོཾ་མ་གྱི་གནས་
 མེལ་ཞིང་སྡོམ་པའི་དབང་པོ་དང་དོཾ་བྲེལ་ཡོད་ཀྱི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བ་སོགས་དགོས་པ་
 དུ་མ་དང་ལྡན་པ་ལགས།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

༥ གསུམ་པ་གང་སྤང་བར་བྱ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དོན་དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་ན།
མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལས།
སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་སྤྱིར།
ཡང་དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད།

ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ན་མ་ལས་གང་ཁྱབ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་
མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་རྒྱུ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་
བྱེད་པ་ལ་རང་ཉིད་སྒྲོལ་མ་དག་ །ཡོན་ཏན་མ་ཇོགས། ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་
བརྒྱ་བྲག་གིས་འཆིང་བ་ཞིབ་པ་འདི་ལྟ་བུས་ན་མ་ལས་མཉམ་དུ་མ་ཟད་སེམས་ཅན་
གཅིག་ཅུ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་པའི་རུས་སྟོབས་མ་མཆིས་མོད་ཀྱི། དེ་ལྟ་བུའི་
རུས་པ་ནི་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མ་བྱེད་པའི་སངས་རྒྱས་འབབ་ཞིག་ལས་གཞན་གང་ལ་
ཡང་མི་མངའ་བས་ན་སངས་རྒྱས་ཐོབ་དགོས་ལ། གང་ཞིག་འཕགས་པ་ཉན་ཐོས་
དང་རང་སངས་རྒྱས་ནུམས་ཀྱང་རང་ཉིད་འབབ་ཞིག་ལ་ཁོར་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ལ་སྒྲིག་
ཅིང་དེ་ལས་ཐར་བའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་ཀྱང་། རང་དོན་གི་བདེ་འི་བསམ་པས་སངས་
རྒྱས་ཀྱི་རྒྱུར་མ་རྒྱུར་པས་ན། འདིར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ལ་འགོད་སྤྱིར་
ཐོག་མར་རང་ཉིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་བཞུགས་ནས་འབད་པས་བསྐྱེད་པས་པ་ནི་སེམས་
བསྐྱེད་སྤྱིའི་དོན་ཡིན་ལ། དེའི་བྱེད་ཐབས་ཏུ་གང་ཟག་སྒྲོ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་བའི་བྱེད་
པར་གྱིས། རང་ཉིད་སྒྲོལ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཟུབ་ནས་འགྲོ་བ་གཞན་སྒྲོལ་བ་
རྒྱུ་ལ་བོལ་དེ་དངོན་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད། རང་དང་སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་ཅིག་ཏུ་ཐར་

བར་འདོད་པ་མཉམ་པ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ལ་
མ་ལ་ཁོད་ཀྱི་བར་དུ་རང་ཉིད་ཐར་བའི་འདོད་པ་མི་བྱེད་པ་རྗེ་བོ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་
མོག་ས་ཀྱི་ནམ་གངས་ཀྱང་ཡོད་ལ། གཞན་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ།
རང་གི་དོ་བས་དབྱེ་ན་ཀློང་ཐོབ་བྱང་སེམས་དང་དོན་དམ་བྱང་སེམས། ཉམས་སྲུ་
བྲངས་ཚུལ་གྱིས་དབྱེ་བ་སློབ་པ་བྱང་སེམས་དང་འཇུག་པ་བྱང་སེམས། རྒྱུད་ལ་སྒྲི་
ཚུལ་གྱིས་དབྱེ་བ་བརྟུན་པ་དང་ཚོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་གཉིས། གང་ཟག་གི་
ས་མཆོམས་ཀྱིས་དབྱེ་བ། ལས་དང་པོ་བ་ནས་མོས་སྒྲིད་ཀྱིས་ལ་གནས་རིང་གི་མོས་
བས་ཐོབ་པ་ལས་བྱང་བའི་སེམས་བསྐྱེད། ས་དང་པོ་ནས་བདུན་པའི་བར་དུ་ལྟ་
བསམ་དག་པའི་སེམས་བསྐྱེད། དག་པ་གསུམ་ལ་ནམ་པར་སློབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད།
སངས་རྒྱལ་གྱི་སར་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མོག་ས་བྱང་པར་བྱི་དབྱེ་བ་དང་།
སྤོང་པོ་བ་ཀོད་པའི་མདོ་མོག་ས་ནས་དཔེ་དང་གྲོགས་ཀྱིས་བྱེས་པས་ཉེར་གཉིས་དང་
བརྒྱུད་ཅུ་མོག་ས་ཀྱི་དབྱེ་བ་སྤྲུའི་མཐའ་ཡས་པ་གསུངས་ནས་དང་། དོན་གྱི་སྤོང་པོ་
གི་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་སྒྲིབ་པ་ཉིད་ལ་འདུབ་ལགས།

༥ དེ་ལས་དེ་ལྟ་ལག་ལེན་དུ་གདབ་པར་བྱ་རྒྱུའི་དངོས་དོན་སློབ་པ་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཉིས་བར་དང་ཚོ་ག་ལས་ཐོབ་
པ་དང་། དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གི་ཚོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་ཅིང་སྒྲོམ་སྒྲོབས་ཀྱིས་
སྒྲིབ་པ་བཞེད་པ་ཡིན་ལ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱུད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

༥ སྒོལ་འཇུག་གཉིས་པོའི་མཆོན་ཉིད་ལ། སྒོལ་དཔོན་ཁི་བ་ལྷ་མ་གྱི་
འགྲོ་བར་འདོད་དང་འགྲོ་བ་གཉིས་ཀྱི་དཔེ་དོན་སྒྱུད་འཇུག་ཏུ་གསུངས་ཤིང་།
བསྐབ་བཏུས་སུ། སྒྱུད་པ་དང་མི་ལྟན་པ་ནི་སྒོལ་པ་དང་སྒྱུད་པ་དང་ལྟན་པ་ནི་འཇུག་
པར་བཞེད། སྒོལ་དཔོན་ཐོག་སེམས་མེད་ནི། བྱང་ཆུབ་ལ་སྒོལ་ཁིང་དེ་འདོད་པ་སྟེ་
འབྲས་བུ་ལ་དམིགས་པ་ནི་སྒོལ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྱུད་ལ་ཁུགས་ཏེ་ལམ་ལ་
དམིགས་པ་ནི་འཇུག་པ་བྱང་སེམས་སུ་གསུངས་པ་དང་། དེ་དང་མཐུན་པར་རྩ་
བོས་ཀྱང་། སྒོལ་པ་བྱང་སེམས་ནི་འབྲས་བུ་ལ་དམ་འཆའ་བ་དང་། འཇུག་པ་ནི་
རྒྱ་ལ་དམ་འཆའ་བ་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

སྒོལ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤི་ལས། སྒོལ་པས་མ་བསྐྱས་པ་སྒོལ་པ་དང་སྒོལ་པས་
བསྐྱས་པ་ནི་འཇུག་པར་གསུང་བ་སོགས། ཆོག་གི་བརྩོད་ཚུལ་སྒྲུ་ཆོག་ས་ཀྱང་དོན་
གྱི་དགོངས་བཞེད་ལ་བྱུང་པར་མ་མཆིས་པ་ཉིད་ལགས་ཤིང་། དེས་ཆོག་དང་
འབྲེལ་བ་བྱེད་ཅན་གིས་གོ་བ་དེ་བའི་ཕལ་སྐད་ལྟ་བུའི་དབང་དུ་བགྱིས་ན།
ཅིའི་ཕྱིར་སྒོལ་པ་དང་འཇུག་པའི་མིང་དུ་བཏགས་ཤེ་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་ཡོན་ཏན་
མཐོང་བ་ལ་དད་པ་དང་དད་བརྒྱུས་ནས། བདག་དང་སེམས་ཅན་ནམས་ཀྱང་དེ་ལྟ་
བུ་ཐོབ་ན་ཅི་མ་རུང་། ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་སྟེ། མཁའ་པའི་སྒོལ་འདུན་པ་དེ་སྐྱེས་པ་དལ་
སྒོལ་པ་བྱང་སེམས་ཞེས་བྱ་སྟེ།

དཔེར་ན། འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྟོན་པ་འདི་ཉིད་རྩ་མཁའ་ཡངས་པའི་མིག་ཅེས་བྱ་
བར་སྒྲེབ་བཞེས་པའི་ཆོ་བ་དེར་གཤེགས་ཤྱཀ་ཐུབ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་ལ་བསོད་སྟོལ་ས་
སྒྲོན་པ་དང་མཇལ་མ་ཐོག་དང་བ་བྱུང་པར་ཅན་སྒྲེས་ཏེ་རང་ཉིད་དལ་འབྱོར་པ་
དམན་པས། རྩེ་ལས་བྱས་པའི་གདུགས་གཅིག་དང་། རྩེ་བྱམ་པ། མཆིལ་
ལྷམ་ཟུང་། ཀམ་བྱ་ཏེ་ལྷ་དང་བཅས་པ་སྤུལ་ཏེ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བྱེད་སྒྲུབ་ཅི་འདྲ་དང་།

ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་པ་བྱུང་ཆུབ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པལ་བཞེན་ནས། སྟོན་པ་
འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་ཆོ་མཆོན་དཔེའི་སྒྲིབ་དང་འཁོར་འདུས་པ་དང་སྒྲིབ་ཆོ་སོགས་
ཤྱཀ་ཐུབ་ཆེན་པོ་དེ་ཅི་འདྲ་བར་སྒྱུར་བ་ལྟ་བུལགས། དེ་བཞིན་དུ། འཇུག་པའི་
སེམས་བསྐྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ཡང་རིམ་རྒྱུན་སྟོན་པའི་དོན་དེ་ཉིད་ཡིད་སྟོན་ཅམ་ལ་མི་འཛོག་
པར་དེ་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པལ་གཡེལ་བ་མེད་པའི་བརྩོན་པ་དང་སྒྲིབ་པ་མེད་པའི་སྒྲིབ་
དང་དཀའ་བ་བཟོད་པའི་སྟོང་སྟོང་སེམས་སོགས་ཀྱིས་འབད་པ་མཐར་སོན་པའི་ཕྱིར།
འཇུག་པའི་མིང་གིས་བཟོད་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུ་ཡང་འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྟོན་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་
པ་སྒྲིབ་པའི་ཆོ། འཁོར་ལོ་བསྒྱུར་བའི་རྒྱལ་པོ་ཕྱི་བས་ཀྱི་ལྷ་སྒྲུབ་ཅེས་བྱ་བའི་མདུན་
ན་འདྲོན་བམ་ཟེ་རྒྱ་མཆོད་ཀྱི་དུས་དུ་སྒྲིབ་བཞེས་པའི་ཆོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་
ཆེན་སྟོང་པོ་འཁོར་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་རྒྱ་མཆོད་དང་བཅས་པལ་གྱི་ཐུག་མཇུག་པའི་བར་
དུ་མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་མཐའ་ཡས་པས་མཆོད་ཅིང་བསྟེན་བཀྱུར་བའི་མཐའ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་པ་ཉི་མ་ལ་ས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོག་སུ་མཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་སྒྲུབ་

དག་པའི་ཅུ་བ་རྣམས་རྒྱལ་པོ་ཉིད་ནི་འཛིན་རྟོག་གི་མངོན་པར་མཐོ་བའི་རྒྱུར་བསྐྱེད་པར་
འདོད་པ་ལ། དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པའི་བཀའ་བསྒྲུལ་ཞིང་བཤམ་ཟེ་རྒྱ་མཚོའི་རྩལ་
གིས་ངེས་ལེགས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཁོ་ནར་བཞག་གིས་བསྐྱེད་བཅུག་ཅིང་། དེ་ཆོ་སངས་
རྒྱུ་གིས་མཐུས་ཕྱོགས་བཅུའི་ཞིང་ཁམས་མཐའ་དག་རྒྱལ་བློན་བཅུ་ལྟ་བུ་ལོ་ཁོར་
བཅས་ཀྱིས་སྒྲིབ་མེད་དུ་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱེད་པ་ཏེ་རང་རང་མངོན་པར་འཛང་
རྒྱུ་བའི་ཞིང་ཁམས་གང་ལ་མོས་པར་བྱང་ཆུབ་པའི་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་སུ་བཅུག་པ་ན།
རྒྱལ་པོ་ཅུ་བས་ཀྱི་ལུ་བྱུང་ནི་པརྟོ་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་སངས་རྒྱུ་ཏེ་མ་ཁའ་
ཁྱབ་འཁོ་བ་འདྲན་པར་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པས་ཀྱང་།
རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་ཁྱེད་དེད་འདིར་བདག་ཅག་རྣམས་ལོ་གཏང་ས་འདི་སྟེད་དུ་མཚོད་ཅིང་
བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་མཐུས། མ་འོངས་པ་ན་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་དུ་རྒྱལ་པོ་
ཁྱེད་ཉིད་སངས་རྒྱུ་འོད་དཔག་ཏུ་མེད་པར་འཛང་རྒྱུ་བར་འགྱུར་རོ།

ཞེས་ལུང་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། སྐུ་དང་བཅུ་ལྟ་བུ་ལོ་ཁོར་འབངས་
གཤམ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་རང་རང་གང་ལ་མོས་པའི་ཞིང་ཁམས་དེ་དང་དེར་འཛང་
རྒྱུ་བར་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་པ་དང་མཐུན་པར་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པས་ཀྱང་ལུང་སྟན་པར་
མཛད་པར་གྱུར་ཀྱང་། འོ་སྐྱོལ་མི་མཛད་ཀྱི་ཞིང་འདི་ནི་ཞིང་ཁམས་གཤམ་གང་ལས་
ཀྱང་དན་ཞིང་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ། དམ་གྲོག་དང་གཙོང་རོང་གཡང་ས་དང་རྩོམ་ག་དང་
ཆོར་མ་སོགས་ཀྱིས་གཏམས་པས་མི་བདེ་བ། སྐྱོན་ཤིང་ལོ་འབྲས་མེ་རྟག་སོགས་

ཉུང་ཁིང་མཐུ་ཞུ་བ། མི་རྒྱལ་ཀྱང་ཚོ་དང་གཟུགས་སྟོབས་ལོངས་སྟོང་དམན་ལ་
 ཉེན་མོངས་པའི་བློ་དང་བརྟེན་ལ་སྒྲུགས་པས་འདུལ་བར་དཀའ་བའི་ཁིང་འདི་བདག་
 ཁིར་མཛད་པ་དང་འདུལ་སྟོབས་ཡང་མ་བྱུང་བ་ན། མཐུ་ན་འདོན་རྒྱ་མཚོའི་དུལ་
 དེ་ཉིད་སྟོང་རྗེ་དང་བཙོན་ལ་སྒྲུགས་དང་བཟོད་སྟོབས་སྒྲིགས་གཞན་ལས་མད་དུ་བྱུང་
 བའི་མཐུས། མི་མཛད་ཀྱི་ཁིང་ཁམས་འདི་འདུལ་བའི་སྐྱབས་མགོན་དུ་དམ་བཅས་
 པ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་སྟོང་པོས་ཀྱང་བྲམ་ཟེ་ཆེན་པོ་ལེགས་པོ་
 ལེགས་སོ། །སྤྱིར་མཐོངས་པའི་དུས་ན་མི་མཛད་ཀྱི་ཁིང་དེར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་
 རྒྱ་ཀྱའི་དབང་པོར་སངས་རྒྱུས་ནས་རྒྱལ་བ་གཞན་གྱིས་དོར་བའི་དམུ་ཚོད་ཀྱི་གདུལ་
 བྱ་རྒྱལ་མཛད་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེས་འདུལ་བར་འགྱུར་གྱི། དེ་ལྟ་བུའི་སེམས་བསྐྱེད་
 ཀྱི་དམ་བཅའ་བྱུངས་ཤིག།

ཅེས་བསྒྲགས་ཤིང་ལུང་བསྟན་པ་ལྟར། བྲམ་ཟེས་ཀྱང་གཞན་ལས་སྤྱིར་
 བར་དུ་བྱུང་བའི་སྟོན་ལམ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་བརྟེན་ཅིང་འཇུག་པ་བྱུང་ཆུབ་དུ་ཐུགས་
 བསྐྱེད་པའི་མཐུས། འོ་སྟོལ་གྱི་སྟོན་པ་འདི་སངས་རྒྱུས་གཞན་ལས་ལྟ་བུ་པའི་ཐུགས་
 རྗེ་དང་འཕྲིན་ལས་མཆོག་དུ་སྒྱུར་པ་ལགས་ཏེ་འཇུག་པ་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཞེས་པའི་
 སུན་ལོན་དང་སྒྲིབ་དོན་དེ་ལྟ་བུ་མཆིས་པ་ཡང་ཐུགས་ལ་ངེས་འཆོལ་གིང་། དེ་ལྟར་འདི་
 ཡན་ཆད་རྒྱལ་པོ་སྐལ་བ་བཟང་པོ་དང་ལྟན་པ་སྤྱིར་རྒྱལ་པོ་བྱུང་ཆུབ་པ་གྲོ་ངེས་
 པའི་རྒྱ་ཀྱའི་དབང་པོར་སྤྱིར་བཏོན་པའི་གཏམ་ཆེ་ཙམ་ཞིག་སྟན་དུ་གསོལ་བ་ལགས།

ཐོག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

༥ བཞི་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་ཆོག་དངོས་ལ།
ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་པོ་གང་ལས་བྱུང་ཡང་ཆོག་པ་དང་། བརྒྱུད་པའི་ཆུ་བོ་གཉིས་
གཅིག་ཏུ་བསྐྱེམས་ནས་འདོགས་པར་མཛད་པའི་ཕྱག་བཞེས་ཀྱང་ཡོད་མོད་ཀྱི།
འོན་ཀྱང་དིང་སངས་ལྷན་མཐའ་ཆོས་བརྒྱུད་པལ་མོ་ཆེ་རྣམས་སྤོལ་གཉིས་པོ་ཐོབ་དཔེ་
མཛད་པ་མང་ཞིང་། སྤོལ་རྟེན་གྱི་བྱུང་པར་སོགས་འབྱེད་བདེ་བར་སྦྱང་བ་དང་
བཅས་པས། འདི་ཡང་སྦྱོར་རྗེས་མཐུན་པའི་སྐྱབས་རྣམས་གཅིག་ཤིང་དང་། དངོས་
གཞིའི་ཆོག་ལུགས་སོ་སོ་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་བཞིན་སྟོན་པ་ལ།

༦ ཐོག་མར་སྦྱོར་བའི་ཆོག་ལ་གསུམ་སྟེ། སྤྱིད་དང་ཞི་བའི་མཐའ་སྤྱོད་
ཞིང་ཡང་དག་བྱང་ཆུབ་དོན་དུ་གཉེར་བས་དག་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་གསོལ་བ་
གདཔ་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སྐྱབས་པའི་བར་ཆད་བསྐྱུང་ཞིང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་
གྲུས་པས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུ་ཆོག་གསེད་བར་སྐྱབས་ཕྱིར་ཡན་ལག་
བདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསོད་ནམས་མཛོད་པར་འདུག་བྱུང་དང་གསུམ་ལས།

དང་པོ་ནི། འོ་སྒྲོལ་རྣམས་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་ཅམ་ཐོབ་ཀྱང་ནམ་འཆི་ཆ་
མེད་ཀྱི་ཆོས་ཅན་ཏེ། སྐྱེས་ཟིན་པ་ནས་ནམ་ཡང་འཆི་བ་ལ་དོག་སྒྲ་གཏད་ཟིན་པ་ཁོ་
ན་དང་། འཆི་བ་གཅིག་ལུ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་དེ། ལམས་གསུམ་འཁོར་བ་ཟེ་ཆུའི་བྱུང་
མོ་བཞིན་སྐྱེ་འཆི་འི་འབྲུལ་འཁོར་གྱི་རྒྱུན་ལ་ཆོད་པའི་དུས་ནི་མེད། གང་དང་གང་དུ་

སྐྱེས་ཀྱང་ལེའོར་བའི་རང་བཞིན་གྱི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་ལ་བའལ་ཞིག་ལས་བདེ་བའི་གོ་སྐྱབས་
 སྐྱེས་ཅིའི་ཁྱོད་ཙམ་ཡང་མེད་དོ། །དེ་མོང་གསུམ་དུ་སྐྱེས་པ་འོ་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་ཀྱི་སྐྱེས་
 བསྐྱེས་ཏེ་བཟོད་པའི་བྱས་མེད། མཐོང་མེས་སྐྱེས་པ་ནམས་ཀྱང་ལྟར་བའི་སྐྱེས་
 བསྐྱེས་ཀྱི་གཤམ་སྐྱེས་ཏེ་ཏེད། ཁམས་གོང་མའི་ལྟར་སྐྱེས་པ་འོ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་
 བསྐྱེས་པ་འོ་དུ་ཐེབས་ཐེབས་པའི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་ཕྱིར་འཇུག་ལས་ཁམས་གསུམ་མཐའ་
 དག་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་ཀྱི་རྒྱ་དང་གཞས་དང་རྟོག་དང་ལྟར་ལས་ལས་མ་ལས་པ་ན།
 དེ་ལྟར་མ་འོག་པར་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་ལ་བདེ་བར་ལྟུལ། མི་རྟག་པ་ལ་རྟག་པར་ེ།
 མི་བདེན་པ་ལ་བདེན་པར་འཛིན་ཏེ། དེ་དུང་ལེའོར་བའི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་ལྟར་ལྟར་
 ཀྱི་དོགས་པ་ལྟ་བུས་རང་ལྟར་རང་གིས་བསྐྱེས་པ་ལའི་ཁམས་གསུམ་མེས་ཙམ་
 ཀྱུན་སྐྱེས་མཚན་ཉིད་དུ་གདའ་བའདི་ལ་ཞིབ་ཆགས་ཀྱི་བློ་གཏན་ནས་སྒྲོང་བ་གཤམ་ཆེ་སྟེ།
 ཡབ་སྐྱེས་མཇུག་པའི་མདོར།
 ལེའོར་བའི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་མཐོང་བ་ན།
 སྐྱོང་བའི་མེས་པོ་རབ་ཏུ་བསྐྱེད།
 ཁམས་གསུམ་བཙོན་རར་འཛིགས་པ་དང་།
 བཙོན་པའི་མེས་པོ་སྐྱོང་བར་བྱ།

ཞེས་པ་བཞིན་ལབ་དད་གོས་པ་དང་། ཡང་། སྐྱོང་བའི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་ལས་
 ཐར་ལུང་ཞིབ་བྱུང་ལས་སྐྱོགས་གཅིག་པར་ཞིབ་དུ་མི་རུང་སྟེ། སྐྱོང་བའི་སྐྱེས་པ་སྐྱེས་པ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

མཐོང་བ་ལ་སྒྲིལ་རྒྱུ་དང་ཉིད་འབའ་ཞིག་ཐར་བ་ཙམ་ཞིག་དོན་དུ་གཉེར་བས་ནི་ཉན་དང་
གི་བྱང་ཆུབ་འགྲུབ་ཀྱང་སྒྲུབ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་མི་ཉེ་སྟེ།

སྒྲོབ་དཔོན་ལྷན་དེ་སྟེ།

བསམ་གཏན་ནགས་མེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ནི།

ཉེན་མོངས་ཆ་དཔོན་བསམ་གསལ་ལྟར་ན་ཡང་།

བདག་ལྟ་ལི་ཅུ་བ་བརྟན་པོ་མ་སྤངས་པས།

ཆར་གྱིས་རྒྱན་བཞིན་མོད་ལ་རབ་ཏུ་སྟེ།

ཞེས་པ་བཞིན་འགྱུར་བ་དང་། བྱང་པར་དུ་ནམ་མཁའ་གར་བྱུང་གི་འགྲོ་
བ་མཐའ་དག་པ་ནམས་བདག་ཉིད་ཀྱི་ས་མ་དྲིན་ཙན་ལ་བྱས་པ་ནི་སྤྱ་ཡང་མེད་།
དེ་ཡང་ལན་གངས་གཅིག་ཙམ་འགའ་ཙམ་བྱས་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ། འཁོར་བ་ཐོག་
མེད་ནས་ད་ལྟ་ཡོད་ཆད་དུ་རྒྱུན་མཆད་པར་བྱས་པའི་གངས་ནི་མཐའ་ཡས་པ་འདི་དག་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་མཆོག་ལ་འགོད་པ་ལས་གཞན་པ་ཐབས་གང་གིས་ཀྱང་དྲིན་
ལན་འཁོར་མི་རུས་ཤིང་། འདོར་དུ་ཡང་རུང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

སྒྲོབ་སྤྱིངས་ལས།

ཉེ་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོའི་ཁོངས་སུ་ཆུད་གྱུར་པ།

སྒྲིང་གི་ནང་དུ་ལྟོང་བ་ལྟ་བུར་སྤང་བཞིན་དུ།

སྒྲིལ་གོ་འཕངས་པས་དེ་མེས་པ་དེ་བོར་ནས།

གཤམ་ཏེ་གཅིག་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་ཁྱེད་པོར་མེད།

ཅེས་གསུངས་པ་བཞིན། གངས་མེད་ཅིང་མཐའ་ཡས་པའི་པམ་པམ་ཅན་
འདི་དག་བདག་ཅག་གིས་འབྲེན་པའི་གཉིས་པམ་པམ་ལགས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བྱ་བ་
ལ་རང་ཉིད་སྤྲོད་དང་གི་བའི་མཐའ་ལ་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་དམ་པ་ཐོབ་དགོས་ལ།
དེ་ཐོབ་པའི་རྒྱ་དང་ཐབས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་ཏེ།

ནམ་སྒྲུང་མཛོན་བྱང་ལས། ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་སངས་རྒྱུ་མི་
སྤྲོད་མཛོན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ། ཐབས་ཀྱི་མཐར་ཐྱིན་པར་
བྱས་པའོ། །ཞེས་པ་ཉིད་འབད་པས་བསྐྱབ་དགོས་སྤྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་བསམ་པ་བྱུང་
པར་ཅན་དང་ལྡན་པར་མཛད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཉིད་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་དང་ལ་མཐོབ་
པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་དང་། མཉེགས་པ་ཉེགས་པར་བྱ་བ་དང་། མ་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་
པར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་གསོལ་བ་གདབ་དགོས་ཏེ་བདག་པོའི་རྒྱུན་ནི་འདི་
ལ་རག་ལས་པའི་སྤྱིར་རོ།

རི་རྒྱུད་ལ། སྤྲོད་པོ་བཀོད་པའི་མདོར། རོར་བཟང་ལ་འཇམ་དཔལ་
གྱིས་བཀའ་སྤྲུལ་བ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་
ཐོབ་པར་བྱ་བའི་ཐབས་ཡང་དག་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལས་གཏོན་མི་ཟ་
བར་ཉེགས་པར་གྱིས་ཤིག།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་གྲུ་གཟིངས།

ཅེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་བྱ་བའི་ཕྱིར་དག་བའི་བཤེས་
གཉེན་ལ་ཐུགས་ལ་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་མི་སྐྱེ་བས་ན།
སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་པར་ནི།

རི་རྒྱུད་དུ།

ཆོས་རྣམས་ཐུགས་ཅད་རྒྱུན་བཞིན་ཏེ།

འདུན་པའི་ཕྱེ་ལ་རབ་ཏུ་གནས།

ཞེས་སོགས་དང་།

གང་ལ་མོས་པའི་ཡིད་བྱེད་པ།

དེ་ཡི་མདུན་ན་ཐུབ་པ་བཞུགས།

ཞེས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་ན་བདག་སྟོབ་དཔོན་ལ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་དངོས་ཡིན་
སྟུང་མོས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མཛད་ནས། ཁྱེད་ཅག་རང་རང་སོ་སོའི་ལུས་ལོངས་
སྟོང་གཏན་འདུན་ཐུགས་ཅད་མཆོད་པའི་མཇུག་དུ་འབྱུང་བའི་འདུན་པ་དང་
བཅས་པས། དུག་ཐུག་མོ་སྦྱར་བའི་བར་དུ་མེ་རྟོག་སིལ་མ་ཐོགས་ནས་གསོལ་བ་
གདབ་པའི་ཆོག་འདི་རྗེས་སྟོན་སུ་མཛད་པར་ལུ།

༥ སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་
པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་དང་སེམས་ཆེན་པོ་ལ་རབ་
ཏུ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས། དང་པོར་བླ་ན་མེད་པ་

ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་
འདི་རང་རང་གི་མིང་བརྗོད་དེ་ཞེས་བསྒྲིབ་ཡང་།

སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས། སྒྲུབ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་
བསྐྱེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ། ༣ དེ་ལྟར་གསོལ་བ་གདབ་པ་ལན་གསུམ་པའི་མཐར་
བྱུག་ཏུ་བསྒྲུམས་པའི་མེ་ཏོག་སིལ་མ་ནམས་སྒྲོབ་དཔོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འཕྱོར་བར་
མཛད་དེ། སྒྲོབ་འོ་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲོན་པ་ཉིད་བམ་ཟེའི་བྲེལ་སྒྲིན་དུ་སྒྲིབ་བཞེས་ཆོ་རྒྱལ་
མཆོག་མར་མེ་མཛད་ཀྱི་སྒྲུབ་སྒྲར་བྱང་ཚུབ་མཆོག་ཏུ་བྱུགས་བསྐྱེད་པ་ན། མེ་ཏོག་
མུ་ཏྲ་ལ་ལྷ་ཞིག་དང་པའི་སེམས་ཀྱིས་གཏོར་བ་ལས་མུ་ཏྲ་ལ་དཔག་ཏུ་མེད་པར་གྱུར་
བ་ནམས་རྒྱལ་བའི་དབུའི་སྟེང་དུ་མུ་ཏྲ་ལ་འཁར་ཅེགས་ཆེན་པོར་གྱུར་ཏེ། བམ་ཟེའི་
བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་མཛད་པར་འཕེལ་ཞིང་བྱང་ཚུབ་ཏུ་ལུང་སྒྲོན་པ་དེ་བཞིན་དུ་
གྱུར་པའི་མོས་པ་མཛད་པར་ལ།

༥ གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་ལ་བར་དུ་གཅོད་པ་བསྐྱེད་ཞིང་སྒྲུབ་སུ་འགོ་བཅོམ་ནི།
དེ་ཡང་སྒྱིར་བར་དུ་གཅོད་པ་པོ་ནི་མི་དང་མི་མ་ཡིན་པའི་བདུད་ཀྱི་བྲེ་བྲག་ལ་བཏགས་
མོད་ཀྱང་། སྐབས་འདིར་ནི་མཁའ་མཉམ་གྱི་འགོ་བཅའ་སྐབས་ཅད་པ་མའི་རང་བཞིན་
དུ་གྱུར་བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འཛིན་རྒྱུའི་དངོས་པོས་དབེན་ལ། སྐྱེད་བ་
ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནད་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་གོ་ཆ་ནི་སྐྱེད་བའི་མཆོག་ཡིན་ཕྱིར་གཞན་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་སྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

ལ་དགོས་ལ། འོན་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ལས་སྤྱིར་ལྟོག་པའི་བློ་མ་རུངས་པ་སྐྱེས་ན་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་གོགས་སུ་བྱེད་པས། དེ་བསྐྱུང་བ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་
འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷུག་ཉིད་ཆེད་དུ་མངགས་པ་ནི་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོན་
ལམ་གྱི་མཐུ་ཡིན་སྟེ། དེས་ན་འོ་སྒོ་ལ་ནམས་གནས་པའི་སྣང་ཡུལ་འདི་ཐམས་
ཅད་འཕགས་པ་སྐྱུན་རས་གཟིགས་ཀྱི་སྐྱུ་ནམ་མཁའི་ཁམས་ཁྲབ་པ་གཅིག་གི་ནང་
ཁོངས་སུ་ཆུད་པར་བསམ་པ་མཛད་འཆོལ་རྟེ། སྐྱུན་རས་གཟིགས་དབང་ལྷུག་ལ་
བརྟེན་པ་ནི་ཐ་ན་བ་སྐྱུའི་ཁུང་བུ་གཅིག་ལ་བརྟེན་པ་ཡང་བདུད་དང་བདུད་ཀྱི་རིགས་
སུ་གཏོགས་པ་བྱེད་དུ་ལྷུང་གིས་ཀྱང་གཡོ་བར་མི་རུས་སོ། །ཞེས་སྤྲུགས་ཇི་ཆེན་
པོ་བདམ་ཅོད་པར་གྱི་རྒྱུད་དང་བུ་རྩུ་རྩེ་ཀའི་མདོ་སོགས་ལས་གསུངས་པས་ན་སྐྱུང་
འཁོར་གྱི་མཆོག་ཏུ་གྱུར་པ་ལགས།

༥ དེ་ནས་སྐྱབས་སུ་འགོ་བལ་སྐྱིད་དང་བྱང་པར་གཉིས་ལས། སྤྱིར་ནི་སྤྱི་
པ་ལུ་རྟོགས་པ་དང་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པ་གཉིས་པོ་སྐྱབས་འགོ་ཁོ་ནས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་
ཀྱི་ལམ་དུ་འགོ་མི་འགོའི་བྱང་པར་གྱུར་པ་དང་། བྱང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ལའང་ཐེག་
པ་གསུམ་གསུབས་འགོ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་ནི་མགོན་པོ་བྱམས་པས་རྒྱུད་བླ་མར།
རྟོན་པ་བསྟན་པ་སྟོབ་དཔོན་གྱི།
ཐེག་པ་གསུམ་དང་བྱེད་པ་གསུམ།

མོས་པ་ནམས་ཀྱི་དབང་བྱས་ནས།

སྐབས་གསུམ་ནམ་པར་བཞག་པ་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། སྟོན་པ་སངས་རྒྱུ་མ་ བསྟན་པ་དམ་ཚེས།
སྟོབ་མ་དག་འདུན་ཏེ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་མོས་པས་སྐབས་གནས་སུ་བྱེད་
པ་ནི་ཉན་རང་བྱང་མེམས་ཀྱི་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་སྤྱིར་མཐུན་ཡང་། བྱེད་པ་ཏུ་ཐེག་
པ་ཆེ་ཆུང་ལ་སྐབས་འགྲོའི་ཡུལ་དང་དུས་དང་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་ཐ་དད་པ་སྟེ་ཐེག་
དམན་པ་གཉིས་པོ་ཡུལ་ནི་སངས་རྒྱུ་མ་ཆོག་གི་སྤྱུལ་པ་སྤྱ། ཆོས་ཐུན་མོང་གི་
ལུང་རྟོགས། དག་འདུན་ཉན་རང་གི་དག་བཅོམ་པ་ནམས་ལ་འདོད་ཀྱང་།
ཐེག་ཆེན་དུ་དེ་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཅན་ཏེ། གཏན་གྱི་སྐབས་གནས་
མ་ཡིན་པ་དང་། བསམ་པ་ཡང་ཉན་རང་གཉིས་པོ་རང་ཉིད་ཞི་བ་དེ་དོན་གཉིར་དང་།
དུས་ཀྱང་རི་སྤྱིར་འཆོ་བར་ལས་མེད་ཆོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྱུ་དང་མེམས་ཅན་གྱི་དོན་མ་ཡིན་
པས་འདིར་མི་བཞེད་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འདི་ནི་སྤྱེད་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འགྲོ་ཀྱུན་སྒྲོལ་བའི་
ཤིང་རྟེན་པོ་ཡིན་སྤྱིར།

ཤིང་རྟེན་སྤྱད་པ་ལས་ཀྱང་།

དེ་གང་ཞོན་ནས་མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་དན་སྒྲོ།

ཐེག་པ་འདི་ནི་མཁའ་འདྲ་གཞུང་མེད་ཁང་ཆེན་ཏེ།

དག་འཁྱིད་བདེ་བ་མཛོད་པར་ཐོབ་བྱེད་ཐེག་པའི་མཆོག་།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་པ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

ཅེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཡིན་པས་ན་སྐབས་འགྲོ་ཡང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཁྱད་
པར་ཅན་གྱི་དོན་དང་ལྡན་པ་ལགས་ཏེ། དེ་ཡང་། དུལ་ནི་སངས་རྒྱུ་གསུམ་
གྱི་བདག་ཉིད། ཆོས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཡུང་རྟོགས། དག་འདུན་པ་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་
པའི་བྱང་ཆེན་པོ་འཕགས་ཆོག་སྐྱེས་པ་ལ། དུས་བྱང་ཆུབ་སྤྱི་དཔེ་བར་དུ་བསམ་
པ་ལ་ཁལ་བྱུང་གི་སེམས་ཅན་ཡོད་དོ་ཅོག་སངས་རྒྱུ་གྱི་གོ་འཕང་ལ་འགོད་སྤྱིར་དུ་
སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་དོན་ནམས་
ཁྱད་ཅག་སོ་སོའི་ཐུགས་ལ་དེས་པར་མཛད་ནས། འོ་སྐྱེལ་གྱི་མདུན་འདིར་སྐྱ་གསུང་
ཐུགས་རྟེན་དངོས་སུ་བཤམས་པ་འདི་དག་མཆོན་བྱེད་དུ་བསྒྲིམ་ནས། བམ་ལའི་
ཁམས་འདིར་བཟུ་ཉི་ཟེའི་གདན་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་ན་ཁྱད་པར་གྱི་སྐབས་ཡུལ་
ཐེག་ཆེན་གྱི་དཀོན་མཆོག་མཉམས་པ་སྤྱིན་པུང་འབྲིགས་པ་ལྟར་བསམ་མེས་པོ་ལྟུང་
དུ་བཞུགས་པར་མོས་པ་དང་། བདག་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ཡང་ཐར་མལ་པའི་སྤྱང་བ་
མཛད་པར། སྐྱ་བྱང་སེམས་ཀྱི་དག་འདུན། གསུང་ཐེག་ཆེན་གྱི་དམ་ཆོས། ཐུགས་
སངས་རྒྱུ་ཆོས་ཀྱི་སྐུའི་དཔོན་མོས་པའི་དང་ནས། རང་གཞན་མཁལ་བྱུང་གི་སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་མེད་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འོན་པོ་ཐོབ་སྤྱིར་ཁའོ་མཆོག་འཕྲི་
ཡིན་པར་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྐབས་སུ་མཆོད། །བྱང་ཆུབ་མཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཐུགས་རྟེན་
ཟུངས་ཤིག་སྟུང་པའི་དད་གུས་ཀྱི་གདུངས་ཤུགས་བསྐྱེད་དེ་ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས་
སྐབས་འགྲོ་འཛིག་འདི་དག་གི་རྗེས་སྒྲེས་མཛད་པར་ཁ། རྟོགས་བཅུ་ན་

བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་
 དགོངས་སྟུགས་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས་སྟུགས་ལ། བདག་མིང་
 འདི་ཞེས་བགྱི་བ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་སྟོང་པོ་བྱང་ཆུབ་ལ་མཆིས་གྱི་བར་དུ།
 ཀྱང་གཉིས་ནམས་གྱི་མཆོག་སངས་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་བདག་ཉིད་ནམས་ལ་སྐྱབས་
 སྟུམ་མཆིའོ། །འདོད་ཆགས་དང་བྱལ་བ་ནམས་གྱི་མཆོག་ཞི་བ་མུ་དན་ལས་འདས་
 བ་དོན་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སྟུམ་མཆིའོ། །ཚོགས་ནམས་གྱི་མཆོག་འཕགས་
 བ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྤྱིར་མི་ལྟོག་པའི་དགེ་འདུན་ནམས་ལ་སྐྱབས་སྟུ་
 མཆིའོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་བརྗོད་ཅིང་མེ་ཏྲག་འཕྱོར་དུ་བཞུགས།

༥ དེ་ལྟར་སྐྱབས་སྟུའགོ་བའི་སྒྲོམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་བྲངས་ཤིང་ཐོབ་པའི་ཕན་
 ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་དེ། དེ་ཐམས་ཅད་ཇོ་བོས་དོན་བརྒྱད་དུ་བསྐྱུས་ནས་གསུངས་
 བ་ནམས་གོ་བདེ་བའི་སྤྱིར་བརྗོད་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སྟུ་སོང་བ་
 ཙམ་གྱིས་ནང་པའི་སངས་རྒྱུ་པ་ཁྱུར་ཆུད་པས་དཀོན་མཆོག་གིས་ཐུགས་རྗེས་ཟེན་
 པ་དང་། བསྐྱབས་སྒྲོམ་མཐའ་དག་གི་གཞི་རྟེན་དུ་འགྱུར་བ་དང་། མི་དང་མི་མ་
 ཡིན་གྱི་གཞོན་འཆོ་མཐའ་དག་ལས་སྒྲོབ་ཅིང་བསྐྱུང་བ་དང་། ཐོག་མེད་ནས་
 བསགས་པའི་སྤྱི་གསྐྱབས་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་བྱེད་པ་དང་། བསོད་ནམས་གྱི་ཚོགས་
 རྒྱུ་ཆེར་འཕེལ་བ་དང་། ཚོ་འཕོས་པ་ན་དན་འགོ་དན་སོང་ལོག་པར་ལྟུང་བར་མི་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

འགྱུར་བ་དང་། ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་དང་། སྤྱན་མེད་
པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་འཛད་རྒྱུ་བར་འགྱུར་བ་སྟེ། རྒྱུབས་འགོ་ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཕན་
ཡོན་ནི་དེ་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ལགས།

༥ དེ་ལྟར་རྒྱུབས་སུ་འགོ་བའི་སྒོ་ལ་ཐོབ་ནས། དེའི་བསྐྱབས་བྱུང་བ་སྤྱད་
བྱའི་གནས་ནས་ལས་པ་བསྐྱབས་དགོས་ཏེ། དེ་ལ་མཆོག་གསུམ་སྐྱེས་པའི་བསྐྱབས་བྱ་
དུག་དང་། ལུག་མོང་གི་ལྷ་ཡོད་པ་ནས་སྤྱད་པ་དེས་པར་བྱས་ནས་སྤྱད་སྤྱད་
ཆུ་ལ་བཞིན་སྐྱབས་འཛུལ་ཏེ། དེ་དག་གང་ཞེས། དེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་ལ་སྐྱབས་སུ་
སོང་ནས་ནི་འཛིན་རྟེན་གསུམ་ནི་དེ་ལས་ལྟག་པའི་རྒྱུབས་གནས་གང་ཡང་མ་མཆིས་
པའི་ཕྱིར། འཛིན་རྟེན་གྱི་ལྷ་ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་ལྟ་བུ་དང་དབང་ལྷག་སོགས་ནས།
རང་རང་གི་སྒོ་ལྟ་དག་ལྟ་ཡུལ་ལྟ་སོགས་གང་ལ་ཡང་རྒྱུབས་གནས་མི་ཟེ། ཆོས་ལ་
རྒྱུབས་སུ་སོང་ནས་དལ་པའི་ཆོས་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་དུ་དགོ་བའི་རང་བཞིན་ཡིན་པས་
དེ་ལ་རྒྱུབས་སུ་བྱས་ནས་ནི་སེམས་ཅན་ལ་གཤོད་འཆོ་བྱེད་ན་སྤྲིན་པོ་ཆེར་འགྱུར་བས་
གཏན་ནས་སྤྱད། དགོ་འདུན་ལ་རྒྱུབས་སུ་སོང་ནས་སོགས་ཆངས་པ་མཆུངས་པར་
སྤྱོད་པའམ། ལྟ་བ་མཐུན་པ། སྤྱོད་པ་མཐུན་པ། རྒྱུབས་གནས་མཐུན་པ་དང་
འགོགས་དགོས་ཀྱི། དཀོན་མཆོག་ལ་རྒྱུབས་སུ་མི་འཛིན་པ། ལྟ་བ་ལོག་པ།
རྒྱུ་འབྲས་ལ་མི་བརྩི་བ་སྤྲིན་སྤྱོད་པའི་གོ་གསལ་ལ་བསྟོན་པར་མི་བྱའོ། །དེ་ལྟར་དགག་
པའི་བསྐྱབས་བྱ་གསུམ་བསྟོན་ནས།

གཉིས་པ་བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། མངས་རྒྱལ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ཕྱིན་ཆད་
 བས་བདེ་བར་ག་ཤེགས་པའི་སྐྱབ་གཟུགས་མཆོད་རྟེན་གྱི་རིགས་བྱིས་འབྱར་ཆེ་ཆུང་
 ལེགས་མི་ལེགས་ཅི་ལྟ་བུའི་གསྣང་ཡང་ཕྱག་མཆོད་བཀྲར་རྟེན་ཁབས་རྟོག་ཏུ་གང་
 འགྱུར་ལ་འབད་པ་མ་གཏོགས། བཞིག་བཅོམ་བཅག་གྲག་བདེག་བསྐྱར་འགོམ་
 ཡུག་སོགས་མི་བྱ། བཅོངས་པའི་རིན་མི་ཟ། འུ་ལོན་གྱི་གཏའ་མར་བྱེད་པ་དང་
 ཟུང་ལོའི་ཡོ་བྱད་དུ་བཀོལ་བ་སོགས་དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟམ་པར་འགྲོ་བའི་རིགས་
 སྤྱུ་ཅམ་མི་བྱ་བར་གྲུས་པར་བྱ། ཚེས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་དམ་པའི་ཚེས་ཀྱི་རྟེན་
 ཡི་གེ་འབྲུག་ཅིག་ཡན་ཆོད་ལ་སྐྱབ་པ་མི་གསོག་ཅིང་ཕྱག་མཆོད་བཀྲར་རྟེན་བྱུང་ལ་
 བོང་བཞིན་དང་། ཐེག་པ་དང་གྲུབ་མཐའ་ཚེས་ལུགས་གང་ལ་འད་སྐྱར་བ་མི་གང་བ་
 ཅིང་དག་སྣང་སྣང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་དུར་སྤྱིག་གི་རྟགས་ཅམ་
 འཆང་བ་ཡན་ཆོད་ལ་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཏུ་འདུཤེས་བསྐྱེད་ནས་
 གྲུས་པས་བཀྲར་རྟེན་བྱ་ཞིང་། བརྟམ་པའི་སྒྲོལ་ཞུགས་སོ་འཚལ་ལ་ལོག་ལྟ་ཆགས་
 སྣང་ལྟ་སྣང་སྣངས་ནས་ཅི་ལུས་ཀྱི་ཁབས་རྟོག་སྐྱབས་ཁྱད་པར་དུ་བྱེད་ཆུབ་མཆོག་
 ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ཤི་ཁྱིམ་པ་འམ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྟགས་དང་ཆ་ལུགས་
 རིམ་བུར་སྣང་ནའང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་དངོས་ཀྱི་འདུཤེས་
 བསྐྱེད་ཅིང་གྲུས་པར་བྱའོ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

༥ དེ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་སོ་སོའི་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་ནས། དེ་ནས་སྤུང་མོང་གི་བསྐྱབ་བྱ་ལྟ་བུ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བ་ནས་སྤུང་མོང་ཐམས་ཅད་དུ་ཁོར་གྱི་བྱ་དག་འཆོབ་པོའི་ལུས་དང་སྟོག་གི་སྤྱིར་ཡང་དཀོན་མཆོག་གསུམ་མི་སྤང་། དགོས་དོན་གལ་པོ་ཆེ་ཅི་ལྟ་བུ་ལ་ཐུག་ཀྱང་དཀོན་མཆོག་ལ་གདབ་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མི་བཅུལ། རྩོགས་གདུལ་གྱི་ཡང་རྩོགས་དེར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལ་ཐུག་བྱ་ཞིང་སྐྱབས་འགྲོ་དང་གསེལ་བ་གདབ་སྟེ། རྩོགས་བཅུ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུ་གྱི་ཞིང་གིས་མ་ཁུབ་པའི་སྤྱིར་ལོ། །དུས་དང་དུས་གྱི་མཆོད་པ་ཅི་ལྟ་དང་། ཅི་ཟེ་ཅི་འཐུང་གི་ཐུད་ཀྱིས་དཀོན་མཆོག་མཆོད་ཅིང་། བདུབ་ཐམས་ཅད་དུ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཉམས་ལེན་སྟེལ་སྐྱབ་ལ་འབད་རྩེལ་དུ་བྱ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་དམཆོག་དེད་གསོལ་ཤིང་ལག་ལེན་དུ་ཐེབས་པར་མཛད་དགོས་པ་ལགས།

༥ སྤྱིར་བའི་ཆོས་གསུམ་པ་བསོད་ནམས་གྱི་ཆོག་སྐྱབས་པས་གསེལ་པའི་རིམ་པ་བེ། དེ་ཡང་བྱེད་ཅག་སྤོབ་གྱི་ཆོ་རབས་མང་པོའི་གོང་ནས་ཀྱང་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་འབྲས་བུས་དེ་ལྟ་བུར་ཆུབ་གྱི་རྒྱུ་དང་ལམ་ལ་མོས་ཤིང་ཞུགས་པའི་སྐྱལ་བཅུན་དུ་སྤྱུང་མོང་ལ། དེང་ཡང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བར་བྱེད་པ་ཡང་བསོད་ནམས་མཛོད་པར་འདུག་བཞིན་གལ་ཆེ་བས་ན། ཡན་ལག་བདུན་གྱི་སྟོན་མཆོག་སྐྱབས་པར་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་ལས་གདང་།

བགྲིས་པའི་གཉེན་པོར་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཡན་ལག་སྟོང་ལ་འབད་བ་སྟེ། ཉེན་མེད་སྟེ།
བད་རྒྱལ་གྱི་དབང་གིས་ཡུལ་ཁྱེད་པར་ཅན་ལ་མ་གུས་པའི་གཉེན་པོར་བྱས་འཆའ་
བ་དང་། འདོད་བ་དང་མེད་སྤྱི་སྟོན་གྱིས་མཆོད་འཕྲིལ་བ་སྟོན་ཅིང་བཀྲུར་བར་མ་
བྱས་པའི་གཉེན་པོར་མཆོད་བའལུལ་བ་དང་། ཐོག་མེད་ནས་བག་ཆགས་དན་
གོམས་ཀྱི་སྟོན་ལས། བྱ་བར་མི་རུང་བའི་ལས་དན་བགྲིས་པའི་གཉེན་པོར་སྤྲིག་པ་
བཤགས་པ་དང་། སྤྲུག་དོག་གི་མཐུས་གཞན་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་སྟོན་ཅིང་དགོ་བའ་
བར་ཆོད་བྱས་པའི་གཉེན་པོར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྟོན་པ། གཏི་ལུག་གི་དབང་གིས་
དམ་པའི་ཆོས་སྤངས་པའི་གཉེན་པོར་ཆོས་འཁོར་བསྐྱུལ་བ་དང་། ཞེས་དང་གཞོན་
སེམས་ཀྱི་སྟོན་གྱིས་སྐྱེད་བྱུང་པ་ལ་བསམ་མཐོམ་པོ་ལ་བར་བྱས་པའི་གཉེན་པོར་ལྷ་
དན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ། དགོ་རྩ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་དང་།
ལོག་མིན་དུ་བསྟོན་པའི་གཉེན་པོར་དགོ་བ་བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་བསྟོན་བ་སྟེ། བདུན་
པོ་འདི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཐབས་མ་ལུས་པ་འདུ་ཞིང་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་
པའི་མཐུན་རྒྱུན་མཆོག་ཏུ་སྦྱར་བའལགས་པས། དེས་ན་ཆོག་གས་ཀྱི་ཞིང་དང་རྟེན་དུ་
སྦྱར་བ་ནི་དངོས་སུ་བཤམས་པའི་དགོན་མཆོག་གི་རྟེན་ཁྱེད་པར་ཅན་ནམས་དང་།
ཡིད་ཀྱིས་གསལ་བའི་རྟེན་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་དགོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ནམས་དང་
གཞན་ཡང་སྤྲ་མ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སུ་དགོན་གསལ་མ་

ཐེག་ཆེན་གི་དཀྱིལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞུང་།

ཆང་བ་མེད་པར་བཞག་ས་པའི་མོས་པ་མཛོད། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་དེ་ཕྱགས་བརྩ་
མཐའ་ཡས་པའི་སངས་རྒྱུ་གི་ཞིང་གསུམ་གྱི་དང་གི་བྱེ་མ་སྟེང་གི་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཅེ་ཅེ་
སྟོན་ལ་ཡང་སངས་རྒྱུ་གི་ཞིང་གངས་མེད་པ་བཞག་ས་པའི་ཚུལ་ནི་འོ་སྟོལ་སོ་སྟོལ་
སྟོས་དཔག་ཅིང་གཞལ་བའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་ལ། ཞིང་ཁམས་དེ་ཐམས་ཅད་གི་རྒྱལ་
བསྐྱེད་བཅས་ཀྱུ་གིས་མི་མཁུ་མི་གཟིགས་པ་ནི་སྐྱེ་བརྒྱུར་གཤགས་པའི་ཆ་
ཙམ་ཡང་མི་སྲིད་པ་ན། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་མཆོད་དང་ཡན་ལག་བརྟན་པ་འབྱུང་
བའི་ཡུལ་དུ་ཉེ་བར་དམིགས་པ་དང་།

༥ ཇི་ལྟར་འབྱུང་བའི་ཐབས་གི་དང་པོར། བྱིད་ཅག་རང་རང་གི་ལུས་འདི
གཅིག་སྟུང་ཡོན་པར་རང་ཉིད་ཉི་ལྟ་སྟེ་ཕྱག་འཆའ་བ་པོ་བྱེ་བ་གངས་མང་པོ་ཡིད་
གིས་སྒྲུལ་པ་དང་། མཁའ་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཀྱུ་རྒྱུད་ལྟན་ཅིག་གུས་པས་ཕྱག་
འཆའ་བར་དམིགས་ལ། འདི་སྐབས་ཡན་ལག་བརྟན་གྱི་འདོན་ཆ་ནི་དིང་སངས་ལ་
ཆེར་སྦྱོང་འཇུག་གི་གཞུང་བཞིན་མཛད་སྟོལ་མང་ནའང་། འདིར་ནི་རྒྱལ་བ་གངས་
མེད་པའི་སྐྱེ་དང་ཞིང་ཁམས་གི་ཡོན་ཏན་གང་གིས་བསྐྱེད་ཁུང་གཅིག་ལ་རྫོགས་
པའི་གོ་འཕང་བརྟེན་ཀྱང་སེམས་དོན་དུ་བྱུང་སེམས་གི་ཚུལ་བསྟན་ནས་སྟོན་ལམ་
འདོན་པ་ལ་མངའ་མཛད་པ་འཕགས་པ་ཀྱུ་རྒྱུ་བཟང་པོས་གསུངས་པ་བཞིན་བྱ་སྟེ།
སྤྲུལ་དང་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱགས་བརྩའི་ཞིང་ཁམས་ནམ་མཁའ་གར་བྱུང་

ན་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་བ་སྐུ་འཕེལ་ཐབས་ལྟུང་ལ་བདག་ལུས་གངས་མེད་དུ་སྒྲུབ་
བ་དེ་ནམས་དང་སྒྲེལ་གྲོ་མཐའ་དག་གྲུས་ཕྱག་འཚལ་བར་མོས་པ་མཛད་ནས་ཆོག་
འདི་རྗེས་སྒྲོམ་མཛད་པར་བྱ།

༥ ཇི་སྟེང་སྒྲུབ་པའི་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་ཆེན་པོ།

དུས་གསུམ་ག་ཤེགས་པ་མི་ཡི་མེད་གོ་གྲུབ།

བདག་གིས་མ་ལུས་དེད་ག་ཐམས་ཅད་ལ།

ལུས་དང་དག་ཡིད་དང་བས་ཕྱག་བཞིའོ།

བཟང་པོ་སྟེང་པའི་སྒྲོམ་ལམ་སྟོབ་དག་གིས།

རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཡིད་ཀྱི་མཛོད་སྒྲུབ་དུ།

ཁིང་གི་རྒྱལ་སྟེང་ལུས་རབ་བརྟུང་པ་ཡིས།

རྒྱལ་བ་གྲུབ་ལ་རབ་རྟུ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

གསེར་འབྲུར་རྩི་ཡི་ནམ་པ་མཛོག་ཏྲ་བུ།

མི་ག་ཅད་ལུས་འདི་བྲངས་ནས་རྒྱལ་བའི་སྒྲུ།

རིན་ཆེན་རིན་ཐང་མེད་པར་བསྒྲུར་མཛད་པ།

རིན་ཆེན་བྲང་ཆུབ་སེམས་ལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ།

༥ དེ་ལྟར་ཕྱག་འཚལ་བ་སྟོབ་དུ་མཛད་ནས། གཉིས་པ་མཛོད་པ་འབྲུལ་
བའི་དང་པོར་བསྟོད་དབྱངས་ཀྱིས་མཛོད་པ་ནི། སྟོབ་དེ་བཞིན་ག་ཤེགས་པ་དུས་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་པ་ཉི་མ་ལ་ས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་མཆོག་ཐར་པའི་གྲུ་གཟེངས།

མ་ཁྱེན་རྒྱལ་པོ་སྟོན་དང་དག་མཁན་དུ་གྱུར་ཆོ་བ་དེར་ག་ཤེགས་རྩ་མཆོག་ལ་ཆོག་ས་
སྟུ་བཅད་པའི་དབྱངས་ཀྱིས་བསྟོད་ནས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ
ལྟག་བསམ་གྱིས་བསྟོད་དབྱངས་ལྟལ་བའི་མཆོད་པའི་རབ་ཏུ་འགྱུར་ཞིང་། རྒྱལ་བ་
ནམས་ལ་བསྟོད་པས་མཉམ་པ་དང་སྦྱད་པས་མི་དགེས་པ་ལྟ་བུའི་འཛིན་རྟོག་ལས་
འདས་ཀྱང་། རང་ཉིད་བསྟོད་པའི་བསོད་ནམས་ཚད་མེད་ཐོབ་པ་ནི་རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་རྟེན་
འབྲེལ་ཡིན་ཕྱིར། རྟོགས་བཅུའི་འཛིན་རྟེན་རེ་རེའི་དུལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ཁྱོན་རེ་ལ་ཞིང་
ཁམས་གངས་མེད་པར་བཞུགས་པའི་བདེར་ག་ཤེགས་སྒྲས་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་
དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་མཐའ་ཡས་པས་རྒྱལ་བའི་ཡོན་ཏན་ལ་མཛོད་པར་བསྒྲགས་པ་
བདག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུལ་ཆོག་ས་དང་འགྲོ་ཀླུ་ལྟ་བུའི་ག་པས་བསྟོད་པ་བྱེད་པར་མོས་ལ་
འདི་བཞིན་རྗེས་སྒྲུ་མཛོད།

༥ རྒྱལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྒྱལ་རྟེན་སངས་རྒྱས་ནམས།

སངས་རྒྱས་སྒྲས་ཀྱི་དབྱུས་ན་བཞུགས་པ་དག།

དེ་ལྟར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ནམས་མ་ལུས་པ།

ཐམས་ཅད་རྒྱལ་བ་དག་གིས་གང་བར་མོས།

དེ་དག་བསྒྲགས་པ་མི་ཟད་རྒྱ་མཆོ་ནམས།

དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་རྒྱ་མཆོའི་སྒྲ་ཀླུ་གྱི།

རྒྱལ་བ་ཀླུ་གྱི་ཡོན་ཏན་རབ་བཛོད་ཅིང་།

བདེ་བར་ག་ཤེགས་པ་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་བསྟོད།

དེ་ནས་མཆོད་པ་འབྲུལ་བའི་ཡན་ལག་དངོས་ལ། དེ་ལྟ་འདྲིར་དངོས་སུ
བཤམས་པའི་མཆོད་རྗེས་འདི་དག་དམིགས་ཏེ་བཏོན་མཆོད་བྱེད་ཅམ་སྟེ། དོན་ལ་འདི
དག་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་བསམ་མ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་
གང་ལ་ཅི་དགོས་ཟད་མེད་དུ་འབྱུང་བར་དམིགས་ཤིང་། གཤམ་ཡང་སྤྲིང་བཞི་བྱེ
བ་ཕྱག་བརྒྱའི་ཞིང་ན་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་སྤྲོས་མཆོག་གས་པའི་བྱེ་བྲག་ཅི་ཡོད་པ་
ཐམས་ཅད་ཀྱང་། འོ་སྒྲིལ་ན་མས་ལྟ་བུའི་ཚོངས་པ་སྤྲོ་རྒྱུད་གི་སེམས་ཁོག་ཏུ་རྒྱུད་པ་
དག་འབྱུང་། བྱེ་རྒྱུབ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ཀླུ་ཏུ་བཟང་པོའི་སྒྲོན་
ལམ་གྱི་སྒྲོབས་ཆད་མེད་པའི་བདེན་པས་བྱིན་གྱིས་ལྷབས་ཀྱིས་སངས་སྤྲུལ་བཅས་མ་
ལུས་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མཆོད་སྒྲིབ་ན་མ་མཁའི་མཛོད་དུ་སྒྱུར་བར་དམིགས་ཤིང་།
རང་ཉིད་ཀྱི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་གཏན་འདུན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ལྟོས་མེད་དུ་འབྲུལ་བའི་མོས་
པ་དང་བཅས་པས་རྗེས་སྒྲོས་འདི་བཞིན་མཛད་པར་ལུ།

མེ་ཏྲོག་དམ་པ་སྤངས་དམ་པ་དང་།

སེམས་སྒྲོན་ན་མས་དང་བྱུག་པ་གདུགས་མཆོག་དང་།

མར་མེ་མཆོག་དང་བདུག་སྒྲོས་དམ་པ་ཡིས།

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་པར་བསྒྱི།

ན་བཟའ་དམ་པ་ན་མས་དང་རྗེས་མཆོག་དང་།

སྤྲེམ་འི་སྤུང་མ་རིར་བམཉམ་པ་དང་།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་མཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

བཀོད་པས་ཁྱད་པར་འཕགས་པའི་ཚོགས་ཀྱུན་གྱིས།

རྒྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་མཆོད་པར་བགྱི།

མཆོད་པ་གང་ནམས་སྤྲུལ་ཆུང་བ།

དེ་དག་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་མོས།

བཟང་པོ་སྦྱོང་ལ་དད་པའི་སྟོབས་དག་གིས།

རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་འཚལ་མཆོད་པར་བགྱི།

རྒྱལ་དང་དེ་སྐུ་ནམས་ལ་རྟག་ཏུ་གྱི།

བདག་གི་ལུས་ཀྱུན་གཏན་དུ་འབྱུང་བར་གྱིས།

སེམས་དང་འཇོག་ནམས་བདག་གི་ཡོངས་བཞེས་ཀྱི།

གུས་པས་བྱིད་གྱིས་འབངས་སུ་མཆི་བར་བགྱི།

༥ གསུམ་པ་སྤྲུལ་བྱང་ཆུབ་ལ་བགོགས་སུ་བྱེད་པ་ནི་དུག་གསུམ་གྱིས་

ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་མི་དགོ་བ་ནམས་ཡིན་ཏེ།

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཉི་ལུག་གསུམ།

དེས་བསྐྱེད་ལས་ནི་མི་དགོ་བ།

ཞེས་པ་དེ་སྦྱང་ཞིང་དག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ལ། རང་གཞན་ལཱ་ལ་བྱུང་

གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་གྱིས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་དལྱུ་ཡན་གྱི་མི་དགོ་སྤྱི་པའི་

ལས་རང་གིས་བགྱིས་པ་དང་གཞན་ལ་བགྱིད་དུ་བརྟུག་པ་དང་། བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་

སྒྲུལ་པ་དང་པའི་ལས་དཔྱད་མཐུན་དག་ལ་དུག་འཁྱུང་བ་ལྟ་བུའི་འཕྱོད་པ་དྲག་པོ་བསྐྱེད་
 པ་ནི་ནམ་པར་སྒྲུབ་འབྱེད་པའི་སྟོབས་ཡིན་ལ། དེའི་གཉེན་པོར་ཚོགས་བསགས་
 སྒྲིབ་སྐྱོང་གི་ལས་ལ་བརྩོན་པ་ནི་གཉེན་པོ་ཀུན་ཏུ་སྐྱོད་པའི་སྟོབས་དང་། སྒྲིབ་ཚད་
 སྒྲིག་པ་སྒྲུག་ལ་བབས་ཀྱང་མི་བསྐྱིད་པའི་དམ་བཅའ་བཟུང་བ་ནི་ཉེས་པ་ལས་
 བསྐྱོད་པའི་སྟོབས་དང་། སྒྲུབ་དང་དཀོན་མཆོག་གི་དྲུང་དུ་སྒྲིག་བཤགས་སྐྱབས་
 འགྲོ་མེམས་བསྐྱེད་ལ་འབད་པ་ནི་རྟོག་གི་སྟོབས་ཏེ། དེ་ལྟར་སྟོབས་བཞིའི་སྒྲོ་ནས་
 བཤགས་ན་སྒྲིག་པ་ཚན་པོ་ཆེ་རིལ་བུ་ཡང་སྐྱོད་བར་བུས་ཏེ། སྒྲོ་བྱུལ་པོ་མ་སྐྱེས་
 དག་མཚམས་མེད་པ་ལྡེ་ཚང་བར་བྱས་པའི་སྒྲིག་པོ་ཆེ་ཡང་། རང་དང་མཁའ་
 བྱུང་གི་སེམས་ཅན་ལྟ་བུའི་ག་པའི་སྒྲིག་པ་བཤགས་པས་སྐྱད་ཅིག་ཅུ་ལ་དག་པར་
 སྐྱུར་པའི་མོས་པ་བཞིན། བྱེད་ཅག་རང་རང་གི་སྒྲིག་སྒྲིབ་གང་ཅི་ཡོད་པ་ནམས་
 དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་པ་ཡང་བྱུང་བར་དམིགས་པ་དང་། སྒྲིབ་ཚད་
 སྒྲིག་པར་སྐྱུར་པ་གཏན་མི་བསྐྱིད་པའི་དམ་བཅའ་དང་ལྡན་པའི་རང་ནས་རྗེས་སྒྲོས་
 འདི་བཞིན་མཛད་འཆལ།

འདོད་ཆགས་ཞེ་སྒྲུང་གཏི་ལུག་དབང་གིས་ནི།

ལུས་དང་དག་དང་དེ་བཞིན་ཡིད་ཀྱིས་ཀྱང་།

སྒྲིག་པ་བདག་གིས་བསྐྱིས་པ་ཅི་མཆིས་པ།

དེ་དག་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སྐྱོ་སྐྱོར་བཤགས།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་ཤིང་། དེ་ཐམས་ཅད་བར་ཆད་མེད་པར་འགྲུབ་པར་སྒྱུར་ཅིག་སྙམ་
པའི་དང་ནས་རྗེས་སྒྲོལ་མཛད་པར་ལུ།

༥ རྒྱལ་པོ་བུ་ལྟེན་པ་ལྟེན་དང་སངས་རྒྱལ་སྙམ་།

རང་རྒྱལ་ནམས་དང་སྒྲོབ་དང་མི་སྒྲོབ་དང་།

འགྲོ་བ་ལྟེན་གྱི་བསེད་ནམས་གང་ལ་ཡང་།

དེ་དག་ལྟེན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་ཡི་རང་།

༥ ལྷ་པ་གཏི་ལྷག་གི་གཏི་བེད་ཚེས་འཁོར་བསྐྱུལ་བ་ནི། སངས་རྒྱལ་
ནམས་འཛིན་རྟེན་དུ་སྒྲོབ་པ་དེ་དམ་པའི་ཚེས་བསྐྱེད་པས་མེས་ཅན་ཕན་སྒྲོལ་གྱི་མཛད་
པལས་གཞན་པའི་དོན་མཛུགས་རུང་། དམ་པའི་ཚེས་ནི་འབྱུང་བ་དཀོན་ལ་དེ་ཡང་
སོ་སོའི་སྐྱལ་བ་དང་གསོལ་བ་འདེབས་པོ་ལ་ལྟོས་པལས་ནམ་ཡིན་གསུང་བ་མི་
སྲིད་ཅིང་། བསྐྱུལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱལ་རྟེན་པལ་ཡང་ཚད་པས་གསོལ་བ་མ་
བཟང་བར་དུ་ཚེས་འཁོར་མི་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཕྱིར་བྱེད་ཅན་ནམས་ཀྱི་དད་པ་དང་ལྷག་
བསམ་གྱི་མཐུལ་སྐྱུལ་པའི་ཚད་པ་གདོང་བཞི་པ་གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་རྟེན་
དང་ལྟན་པ་འཕྲོགས་པ་གང་སེམས་མེད་པར་སྐྱུལ་ནས་རྒྱལ་པོ་ལྟེན་པ་བུ་ལྟེན་པ་
པའི་རྒྱལ་བ་འཕྲོགས་པ་དེ་དམ་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་
པའི་རྒྱལ་བ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་འཕྲོགས་པ་
གསོལ་བ་འདེབས་པར་མོས་པས་རྗེས་སྒྲོལ་མཛད་པར་ལུ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

༥ གང་ནམས་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་སྒྲོལ་མ་ནམས།
བྱང་ཆུབ་འིམ་པར་སངས་རྒྱས་མཆགས་བརྟེས།
མཐོན་པོ་དེད་ག་བདག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ།
ལམ་ལོ་སྤྱོད་མེད་པར་བསྐྱེད་པར་བསྐྱུལ།

༥ རྩལ་པ་གསེལ་བ་འདེབས་པའི་ཡན་ལག་གི། འོ་སྒྲོལ་འཛིག་རྟེན་
གྲི་ཁམས་འདིར་སྒྲོལ་མའི་བསྐྱུལ་བ་དང་ལུན་པའི་བསྐྱུལ་བ་གཉིས་ལས། སངས་
རྒྱས་བྱོན་ཏེ་ཆོས་གསུངས་ཏེ་བསྟན་པ་གནས་པ་ནི་སྒྲོལ་བསྐྱུལ་དང་། སངས་
རྒྱས་མུ་དན་ལས་འདས་ནས་ཆོས་རུབ་པ་ནི་ལུན་བསྐྱུལ་ཏེ། ལུན་བསྐྱུལ་གྱི་སྤྲལ་
མང་པོའི་བར་མཆོམས་སྒྲོལ་བསྐྱུལ་འེ་འེ་ཙམ་ལས་མི་འབྱུང་བས་སངས་རྒྱས་
འབྱུང་བ་ནི་དགོན་ཁིང་། སངས་རྒྱས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྐྱུ་ལ་སྐྱེ་འཆིའི་མཆོན་
མ་ལས་འདས་ཀྱང་། གཏུལ་བྱའི་རྟག་འཛིན་གཞིག་སྤྱིར་ཁི་བའི་དབྱིངས་སྤྱུ་
དན་ལས་འདའ་ཆུལ་སྒྲོལ་པར་མཛད་པ་ནམས་ལ་གསེལ་བཏབ་ན། གང་རྩ་
འཕྱུལ་གྱི་རྟེན་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པས་བསྐྱུལ་བའམ་བསྐྱུལ་བ་ལས་ལྷག་པར་ཡང་
བཞུགས་པར་འགྱུར་རོ།

ཞེས་སངས་རྒྱས་ཉིད་ཀྱི་གསུངས་པས་ན་ཁྱིད་ཅག་རང་རང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའ་འམ་མོས་པ་དང་སྒྲོལ་ལམ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ལག་ན་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་རྩི་
ཐོགས་པ་གངས་མེད་པར་གྱུར་ཏེ། ཕྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་མུ་དན་ལས་འདའ་

བཞེད་པ་གང་མཆིས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་རང་ཉིད་རེ་ལོ་ཁོད་ནས་འཆི་བ་མེད་པའི་བདུང་
ཉི་མུལ་ཞིང་ཐལ་མོ་སྒྲུབ་བས། ཇི་སྲིད་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་སྒོལ་ལ་མ་འཁོད་
ཀྱི་བར་དུ་མྱ་ངན་ལས་འདའ་ཚུལ་མི་སྟོན་པར་གསོལ་བ་འདེབས་པར་དམིགས་ནས་
རྗེས་སྒྲོས་མཛད་པར་ལུ།

མྱ་ངན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ།

འགྲོ་བ་ཀྱུན་ལ་ཕན་ཞིང་བདེ་བའི་སྤྱིར།

བསྐྱལ་པ་ཞིང་གི་རྒྱལ་རྟེན་བཞུགས་པར་ཡང་།

བདག་གིས་ཐལ་མོ་རབ་སྒྲུབ་གསོལ་བར་བསྒྱི།

༥ བདུན་པ་བསྟོར་བཞི། དེ་ཡང་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཅི་ལྟར་བསགས་པ་
ཐམས་ཅད་ལ་བསྟོར་བའི་རྒྱལ་མ་ཐེབས་ན་གོང་དུ་མི་འཕེལ་བར་ཟད་པར་
འགྱུར་ལ། གནས་མེད་དུ་བསྟོར་ན་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་མི་འགྱུར་གྱི་ཁར་གོགས་
སྲུང་གྱུར་སྤྱིར། དགོ་བ་ཆེ་ཆུང་གང་ཡང་མེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་
པའི་རྒྱུར་བསྟོར་དགོས་པ་ཉིད་དེ།

ཡུམ་ཤར་སྤྱིན་ལས། དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ནུམ་པ་ཐམས་ཅད་
མཐེན་བ་ཉིད་མ་གཏོགས་པ་ཉན་ཐོས་ཀྱིས་འཇམ་རང་སངས་རྒྱལ་ཀྱིས་རབ་སྟོར་བར་
མི་བྱའོ། །ཞིས་གསུངས་པ་བཞིན་དང་། བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྟོར་བའི་ཐབས་དང་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱུད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

ཚུལ་ཇི་ལྟར་པ་རང་ཅག་སོ་སྐྱེས་ཤེས་པར་མ་སྒྱུར་ནའང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་
འཇམ་དཔལ་དང་ཀུན་བཟང་སོགས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་བསྔོས་པ་བཞིན་བདག་གིས་
ཀྱང་ཡོངས་སུ་བསྔོ་བར་བསྒྲིལ།

ཞེས་པས་ཀྱང་ཟབ་མོའི་བསྔོ་བར་འགྱུར་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། བདག་དང་
འགོ་ཀུན་གྱི་དགོ་ཅུ་ནམས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་རུ་དམིགས་པ་དེ་ནི་མཆོན་བཅས་སམ་
དམིགས་བཅས་ཀྱི་བསྔོ་བ་ཡིན་ལ། དོན་དམ་པའི་བསྔོ་བ་ནི་དམིགས་མཆོན་གྱིས་
མ་བསྐྱད་པའི་འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་ཉིད་ཡིན་མོད་ཀྱི། དེའི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ནི་འོ་
སྐྱེལ་ལས་དང་པོ་བས་རྟོགས་པར་དཀའ་ཕྱིར་འཕགས་པ་ནམས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྱངས་
ནས་བསྔོ་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་འདི་བཞིན་རྗེས་སྒྲུབ་མཛད་པར་ལ།

༥ རྒྱག་འཆལ་བ་དང་མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་།

རྗེས་སུ་ཡི་རང་བསྐྱུལ་ཞིང་གསོལ་བ་ཡི།

དགོ་བཅུང་ཟད་བདག་གིས་ཅི་བསགས་པ།

ཐམས་ཅད་རྗེ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཕྱིར་བསྔོའོ།

འཇམ་དཔལ་དཔལ་པོས་ཇི་ལྟར་མཁྱེན་པ་དང་།

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།

དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སུ་བདག་སྒྲོབ་ཅིང་།

དགོ་བའདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྔོ།

༥ དེ་ལྟར་འདི་ཡན་ཆད་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕྱོག་དུ་འགྲོ་བའི་ལས་རིམ་
ནེམས་ལེགས་པར་གྲུབ་པ་ལགས།

༥ དངོས་གཞིའི་ཆོག་ལ་ཡང་དང་པོར་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོ་བའི་བཤེས་
གཉེན་ལ་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་། སེམས་སྐྱེད་ཀྱི་ཡོན་ཏེ་འབྱོར་འཁུལ་
བར་གསུངས་ཏེ། སློབ་གྲྭ་རྒྱལ་བ་ནེམས་ཀྱང་བྱུང་བ་ཀྱི་སྐྱོད་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འབྱོར་
པའི་བྱེད་པར་སྒྲོམ་གསུང་སྟེ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྒྲགས་སྤྱོད་འཁོར་ལོ་བསྒྲུབ་
བའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་ཆོ་བ་དེར་གཤེགས་སྒྲུབ་པའི་རྟོག་ལ་གཙུག་ལག་ཁང་བྱེད་པ་སྒྲགས་
སྤྱལ་ནས་བྱུང་བ་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དང་། བཅོམ་གཤེགས་བཀོད་པའི་རྒྱལ་པོ་
འཁོར་བསྒྲུབ་གྱི་ཆོ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྒྲུབ་པའི་འོད་ལ་བྱེད་པའི་ཁང་བཟང་སྤྱལ་
ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་ཚུལ་སྒྲགས་དང་། འབྱོར་པ་ཚུངས་སེམས་འཁྱོད་དུ་སྤྱལ་བས་ཀྱང་
འགྲུབ་སྟེ། བཅོམ་གཤེགས་འོད་འཕྲོག་ཆོ་བའི་སྤྱི་མཆོ་བ་པར་གྱུར་ཆོ། དེ་བཞིན་
གཤེགས་པ་འོད་མཐའ་ཡས་ལ་རྩའི་སྒྲོན་མེ་ཞིག་སྤྱལ་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དང་།
བཅོམ་གཤེགས་སེང་གེ་ཆོ་མ་སྤྱུ་པར་གྱུར་པ་ན་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དར་རྒྱས་པ་ལ་
སྒྲགས་བཅོམ་བྱེད་ཀྱི་ལྟ་བུ་ཐལ་མོ་ཙམ་ཞིག་སྤྱལ་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དང་། བཅོམ་
གཤེགས་ཡོན་ཏེན་སྤོངས་ལྟར་དུ་འཁུལ་པོར་གྱུར་ཆོ། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འགྱིངས་
སྤོངས་བཅུད་ལ་ཐལ་མོ་སྒྲུབ་བས་སྒྲགས་ལེན་གསུམ་བཅོལ་ནས་ཐུགས་བསྐྱེད་ཚུལ་

ཐོག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འབོག་སུམ་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞི་དཔལ།

སོགས་མཐའ་ཡས་པ་མཆིས་པས་ན། བྱིད་ཅག་གིས་ཀྱང་བདག་སྒྲོབ་དཔོན་ལ་
སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཡིན་དུ་མཛུལ་ཞིག་འབྱུང་བར་ལུ།

༥ དེ་ནས་སྒྲོབ་འཇུག་གི་ཆོག་དངོས་ནི་གོང་དུ་སྒྲོས་པ་བཞིན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་པོ་གང་
ལས་བྱུང་ཡང་ཆོག་པ་ལས། རྟེན་བྱིམ་པ་པོ་མོ་ལྟ་བུ་ཐུན་མོང་བའི་སྒྲོབ་མ་ལ་འབོག་ས་ན། འཇམ་
དབྱངས་དང་ཀླུ་སྒྲུབ་སོགས་ལས་བརྒྱུད་པའི་ཕྱག་བཞེས་ལྟར་འབོག་ས་པའི་ཐབས་ལ་སྒྲོབ་འཇུག་གཉིས་
གྱི་དང་པོར་སྒྲོ་སྒྲུབ་བཞི།

༦ དེ་ནི་བྱིད་རང་ནམས་སྒྲ་བ་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་འོ་
བོ་དེ་གང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་སྟེ་མ་ན། བཀ་མ་ལས་གར་བྱེད་གྱི་འཛིན་རྟེན་ཐམས་ཅད་
ནི་སྐྱེ་འགྲོ་སེམས་ཅན་གྱིས་མ་བྱུང་བ་མེད། སེམས་ཅན་གྱིས་གར་བྱེད་ལས་དང་
ཉོན་མོངས་པས་བྱུང། དེས་གར་བྱེད་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཡིན་ཆོ། སྐྱེ་འགྲོ་
མཐའ་དག་སྒྲུག་བསྐྱེད་པ་བཟོད་པར་དཀའ་བ་སྒྲུ་ཆོག་ས་གྱིས་རྟགས་ཏུ་གཟིར་ཞིང་
མཐར་བ་ཡིན་ནའང་། སྒྲུག་བསྐྱེད་ལ་སྒྲུག་བསྐྱེད་དུ་མ་ཤེས་པས་དཔུང་འཁོར་བ་
གཏན་འབྲལ་དུ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ཐབས་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ནི་རང་གི་ཆོ་
རབས་ཐོག་མེད་གྱི་དྲིན་ཅན་པ་མ་ཤེས་ཏུ་སྒྱུར་པ་ནམས་ལ་འབྲལ་དང་ཡུན་གྱི་བདེ་
བསྐྱེད་ཕྱིར། རང་ཉིད་ཀྱི་སྒྲོ་གསུམ་གཏན་འདུན་དང་བཅས་པ་འགྲོ་བ་ཀྱུན་གྱི་ཆེད་
དུ་གཏོང་བ་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། རྟེན་གྱི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་གྱི་སྒྲུབ་པ་སྒྲིང་།

ཚོ་རྒྱལ་སྤྱི་དབྱེད་ཆུང་མ་བད་མཛོད་མ་ལུས་བཏང་བ་ལྟ་ཅི་སྒྲོམ་ཏེ། རང་གི་མིག་
དང་མཐོ་དང་ཡན་ལག་གི་ཁྲག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ལ་སྒྲོམ་མེད་དུ་བཏང་བས་བྱང་
ཆུབ་བརྟེས་པ་ཡིན་ནམས། འོ་སྒྲོམ་ནམས་རང་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་གཅིས་པར་བཟུང་སྟེ།
ཕྱི་ནས་གོས་དང་རྒྱུན་གྱིས་ཁྱི་སྤངས། བད་ནས་ཟས་དང་སྒྲོམ་གྱིས་ཁྱི་བརྒྱངས།
ཟས་གོས་ཅམ་སྐྱབ་པའི་དོན་ལམས་སྤྱི་པ་མི་དགོད་དང་། གཡེ་སྐྱུ་ཟོལ་ཟོག་སྒྲ་
ཚོགས་ཤིག་བྱེད་ཅིང་། བཀའ་ཞག་གཏམ་དོན་བྱང་ཆུབ་སྐྱབ་པའི་འདུན་པ་ཉིལ་འབྲུ་
ཅམ་ཡང་ཡིད་ལ་མི་འཁོར་བར་འདི་འདྲ་བས་མི་ཚོ་ཡུད་ཀྱིས་འདས་ཏེ། ཡང་ཡང་
སྐྱེ་ཤི་འབྲུང་འཇུག་གི་འཁོར་ལོས་འཁོར་བར་གཏམ་འབྲམས་སུ་སྐྱུར་ཆུལ་འདི་ལ་
ལེགས་པར་བསམས་ནས། ད་ཕྱི་མཆད་ནས་རང་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བདེ་དགོ་བཟོད་
ནམས་ཅི་དང་ཅི་ཡོད་པ་མཐའ་དག་པ་མ་ལམས་མཉམ་གྱི་སེམས་ཅན་ལ་ཐན་པ་དང་
བདེ་བའི་དོན་ཁོ་ན་མི་ཚེད་དུ་གཏང་བར་བྱའོ་སྒྲོམ་པའི་སེམས་བརྟན་ཁིང་སྤྱིང་སྤྱོད་སྒྲོམ་
ཀྱི་གོ་ཆ་བསྐྱེད་དོ། །ཚོག་འདི་རྗེས་སྒྲོམ་མཛོད་པར་ལ།

དེ་ལྟར་འདི་དག་ཀྱུན་བྱས་པའི།
དགོ་བ་བདག་གིས་བསམས་པ་གང་།
དེས་ཁྱི་ལམ་མཉམ་སེམས་ཅན་གྱི།
སྐྱབ་བསྐྱུལ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་ཤོག།
ལུས་དང་དེ་བཞིན་ལོངས་སྤྱོད་དང་།
དུས་གསུམ་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།

སེམས་ཅན་ཀླུ་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།

མངས་པ་མེད་པར་གཏང་བར་བྱ།

ཐམས་ཅད་བཏང་བས་མྱ་ངན་འདལ།

བདག་སྒྲོ་མྱ་ངན་འདས་པ་སྐྱབས།

ཐམས་ཅད་གཏོང་བ་ཆབ་ཅིག་ལ།

སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་གཏོང་བ་མཆོག།

བདག་གིས་ལུས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

ལུས་འདི་ཅི་བདེར་བྱིན་ཟིན་གྱི།

རྟག་རྟ་གསོད་དང་སྦྱོད་པའམ།

བརྟེན་སྒོལ་སེམས་ཅི་དགར་བྱེད་ལ་རག།

བདག་གི་ལུས་ལ་འཆོ་བྱེད་དམ།

ཅོ་འདྲི་ག་ཤི་རྒྱ་བྱེད་ཀྱང་།

བདག་གི་ལུས་འདི་བྱིན་ཟིན་གྱི།

འདི་ཡི་ཁ་ཏས་ཅི་ཞིག་བྱ།

དེ་ལ་གནོད་པ་མི་འགྱུར་བའི།

ལས་གང་ཡིན་པ་བྱེད་དུ་ཆུག།

བདག་ལ་དམིགས་ནས་ནམ་དུ་ཡང་།

འགའ་ཡང་དོན་མེད་མ་གྱུར་ཅིག།

བདག་ལ་དམིགས་ནས་གང་དག་གིས།

ཁྱོད་ལ་དད་པའི་སེམས་བྱུང་བ།

དེ་ཉིད་ཏྲག་ཏུ་དེད་ག་གི།

དོན་ཀྱུན་འགྲུབ་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག།

གང་དག་བདག་ལ་ཁ་ཟེར་རམ།

གཞན་དག་གཞོད་པ་བྱེད་པ་ལམ།

དེ་བཞིན་འཕྲུལ་ཁ་གཏོང་ཡང་རུང་།

ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སྐལ་ལྡན་གྱུར།

བདག་གི་མགོན་མེད་རྣམས་ཀྱི་མགོན།

ལམ་ཁྱུགས་རྣམས་ཀྱི་དེད་དཔོན་དང་།

བརྒྱལ་འདོད་རྣམས་ཀྱི་གྲུ་དང་གི།

གཟིངས་དང་ཟམ་པ་ཉིད་གྱུར་ཅིག།

སྤྱིང་དོན་གཉེར་ལ་སྤྱིང་དང་གི།

གནས་མལ་འདོད་ལ་གནས་མལ་དང་།

བདག་གི་ལུས་ཅན་བྲན་འདོད་པ།

ཀྱུན་གྱི་བྲན་དུ་འགྱུར་བར་ཤོག།

ཡིད་བཞིན་འོར་བུ་བུམ་པ་བཟང་།

རིག་སྒྲགས་གྲུབ་དང་སྒྲུབ་མཚོག་དང་།

དཔག་བསམ་གྱི་ནི་ཤིང་དག་དང་།

ལུས་ཅན་རྣམས་ལ་འདྲོད་འཛིན་ཤོག།

ས་སོགས་འབྱུང་བཆེན་པོ་དང་།

ནམ་མཁའ་བཞིན་དུ་རྟག་པར་ཡང་།

སེམས་ཅན་དཔག་རྟེན་མེད་པ་དང་།

ནམ་མཁའ་ཉིར་འཛོའི་གཞིར་ཡང་ཤོག།

དེ་བཞིན་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་པའི།

སེམས་ཅན་ཁམས་ལ་རྣམ་ཀུན་རྟུ།

ཐམས་ཅད་ལྟ་བུ་འདས་པར་དུ།

བདག་ནི་ཉིར་འཛོའི་རྒྱུར་ཡང་ཤོག།

༥ དེས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་པ་དང་སྤྱིང་སྦྱོབས་བྱུང་པར་ཅན་ལ་
སྒོ་སྦྱང་བ་ཡིན་ཏེ། ཚུལ་འདི་ལ་སྒོ་མ་འབྱོངས་བ་ནི་བྱང་སྤྱིང་ལེན་པའི་ཐབས་ནམ་
ཡང་མི་འབྱུང་བའི་སྤྱིར། དང་པོ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་སྒོ་ངེས་པར་བྱ་དགོས་ལ།

དེ་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དངོས་ནི། དེ་ཡང་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་
ཅད་དོན་དམ་པར་སྦྱོས་པའི་མཐའ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བའི་རང་བཞིན་སྦྱོང་པ་ཉིད་
ལས་མ་འདས་ཀྱང་། ཀུན་རྫོང་གི་འཆར་སློང་ལགས་མེད་ལས་འཁོར་འདས་བདག་

གཞན་བདེ་སྒྲུབ་སོགས་དུ་མར་སྤང་ཞིང་། ཇི་ལྟར་སྤང་ཡང་དོན་ལ་བདེན་པར་སྒྲུབ་
 པ་དུ་ལས་པ་ཅམ་ཡང་མེད་ཅིང་། མེད་བཞིན་སྤང་ལ་སྤང་བཞིན་བདེན་པར་མ་
 སྒྲུབ་པ་ནི་ཚེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ཡང་། མེས་ཅན་ནམས་ཀྱིས་དེ་ལྟ་
 བུའི་ཚུལ་མ་རྟོགས་པས་མེད་སྤང་ལ་ལུལ་པའི་བག་ཆགས་ལ་བདེན་ཞིན་མ་འཐམས་ཏེ།
 འཁོར་བའི་སྒྲུབ་བསྐྱེད་མཐའ་མེད་པས་རྟག་རྟ་ཉམ་ཐག་པ་འདི་ཐམས་ཅད་དྲིན་ཅན་
 ས་མ་འབའ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་བདག་གིས་བདེ་ལ་འགོ་དཔག་སྟེ། འགོ་དཔག་བྱེད་པ་ལ་
 རང་ཉིད་ལ་དེའི་བུས་པ་མ་མཆིས་པས་ན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་ལྷུང་དུ་
 འབད་པའི་མེས་སྤྱོད་མ་སྤྱོད་པ་དེ་དུ་རྟོག་འབྱེད་ལ་སྤྱོད་ཆོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་
 བསྐྱེད་པ་ལགས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུ་མེས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྟེ་མ་
 བཞེས་པ་ནས་སྤྱོད་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མེས་ཅན་ཡིན། དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ཅམ་ལ་
 བཞག་པས་མི་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན་ཆུའི་ས་ལ་འཁྱེད་སྤྱོད་པར་འདོད་པས་སྒྲུབ་གཟིངས་
 ཀྱི་ནང་དུ་ཞུགས་ཀྱང་། སྤྱོད་པས་གཡལ་བའི་རྩྱུལ་བམ་བྱས་པར་ས་ལ་འཁྱེད་སྤྱོད་པར་
 མི་འགྱུར་བ་བཞིན། འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མེས་སྤྱོད་སྤངས་ནས་ས་ལ་འཁྱེད་སྤྱོད་པ་དུག་
 ལ་སོགས་པས་སངས་རྒྱུ་སྤྱོད་པའི་ཐབས་ལ་ཉི་པར་བརྩོན་པ་ལ་རག་ལས་པ་དེ་ལྟ་
 བུའི་གནད་དོན་ཐུགས་ལ་འབྱུང་དགོས་པས་ན་མེས་སྤྱོད་སྤངས་ནས་མེས་ཅན་ཅན་
 ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་པ་འགོ་དཔག་བྱ་སྟེ་མེས་སྤྱོད་མེས་ཅན་གྱི་དངོས་དོན་ཡིན་མོད་ཀྱི།
 སྤྱོད་པས་འདིར་ཟབ་མོ་ལྟ་རྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་ཐུག་བཞེས་གང་ཟག་དབང་པོར་བཞུགས་པ་དེ་བཞུགས་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

དུ་མཛད་ནས་སྒྲོན་འཕུག་གཉིས་ཀ་སྒྲུབས་གཙུག་ཏུ་ལེན་པ་ལགས་ཕྱིར། བླ་མ་
དགོན་མཆོག་ལ་མི་བྱེད་པའི་དད་པ་དང་། སེམས་ཅན་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་ལས་བསྐྱེད་པ་
བར་འདོད་པའི་སྙིང་རྩེ་དང་། དེའི་ཕྱིར་བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་འདུན་
པ་གསུམ་ཕྱེ་གཙུག་ཏུ་བསྐྱེད་དེ། ཟུག་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ཁིང་ཡིད་གཞན་དུ་མ་ཡེངས་
པའི་ངང་ནས་སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་ཆོག་འདི་རྩེས་སྒྲོམ་མཛད་པར་ལུ།

༥ ཟུག་ས་བཅུ་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། སྒྲོབ་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས་སུ་
གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས། དུས་འདི་ནས་བརྩུང་སྟེ་ཇི་སྲིད་བྱང་
ཆུབ་སྟིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ།

ཇི་ལྟར་སྒྲོན་གྱི་བདེར་གཤེགས་ཀྱི།

བྱང་ཆུབ་ཐུགས་ནི་བསྐྱེད་པ་དང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བསྐྱེད་པ་ལ།

དེ་དག་རིམ་བཞིན་གནས་པ་ལྟར།

བདག་ཀྱང་འགྲོ་ལ་ཕན་དོན་དུ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་བསྐྱེད་བགྱི་ཁིང་།

དེ་བཞིན་དུ་ནི་བསྐྱེད་པ་ལ།

རིམ་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པར་བགྱི་ལོ།

༥ དེས་ཁྱིད་རང་ནམས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོལ་འཇུག་གི་སྒྲོལ་པའི་ཆ་ཤས་ཆོས་གསུམ་གྱི་ཟླ་བ་ཙམ་ཞིག་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དེས་ཤེས་བསྐྱེད་ཅིང་།

ཡང་ཇི་ལྟར་སྒྲོལ་གྱི་སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་དེ་དག་གིས་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲོལ་སེམས་དང་། འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྱིམས་གསུམ་ལ་རིམ་པས་སྒྲོབ་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་གིས་ཀྱང་སྒྲོལ་འཇུག་གཉིས་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པ་སྟིང་ཐག་པ་ནས་བསམ་པ་དང་བཅས་པས་ལན་གཉིས་པའི་རྩེས་སྒྲོལ་མཛོད། ཞེས་བཛོད་ནས་གོང་གི་དེ་ག་རྩེས་སྒྲོལ་བྱ་བར་གཞུག།

༦ དེས་ཁྱིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོལ་པའི་ཆ་ཤས་ཆོས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཟླ་བ་ཙམ་ཞིག་སྐྱེས་པའི་དེས་ཤེས་མཛོད་འཆོལ།

ཡང་། སྒྲུལ་དཀོན་མཆོག་ལ་མོས་གུས་དང་། སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འདུན་པ་ནམས་ཆེར་བསྐྱེད་དེ། སྒྲོལ་གྱི་སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲོལ་འཇུག་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་ལ་གནས་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་གིས་ཀྱང་ཅི་ནས་ཅི་ལ་ཐུག་ཀྱང་སྒྲོལ་འཇུག་གི་སྒྲོལ་པ་སྒྲངས་ཤིང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་གསུམ་དང་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་པོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

པར་བྱིན་དུག་ལ་བརྩོན་ནས་ལྷུང་དུ་སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
བྱང་ཆུབ་ལ་འགོད་པར་བྱའོ་སྟེ་པས་རྗེས་སྒྲོས་གསུམ་པམ་ཇོད་པར་ལ། ཞེས་པས་
སྒྲུལ་ལྟར་རྗེས་སྒྲོས་བྱར་གཞུགས། དེས་བྱིད་ཅག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ཡོངས་
སྟུང་གས་པ་ཆོས་བཅོམ་པའི་ལྷན་བཟུང་བྱུང་ལ་སྒྲིལ་བྱེད་ཐོབ་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་ཐོབ་
པར་དེས་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས་ཏེ། ཅིའི་ཕྱིར་ན། དེད་ཀྱི་སྟོན་པ་ལེགས་པར་ཤོག་
རུང་བྱིད་ལ་ཐོབ་སེམས་ཀྱི་དེས་ཤེས་མ་རྟེན་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་བ་ལགས། འོན་
དེ་ལྟར་བྱའི་སྟོན་པ་ཐོབ་པའི་གཏུག་ཆོག་མ་ཅི་ཡིན་སྟེ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟེན་ཅིང་
འབྲེལ་འབྱུང་གི་རང་བཞིན་ཡིན་པ་དང་། བྱིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་
སྟིང་པོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདུས་མ་བྱས་པ་གཞིན་ནས་ལྷུན་གྲུབ་ཏུ་ཡོད་པ་དེ་གནས་
སྐབས་རྒྱ་ཁྱོད་སྟོན་སྟེ་ཆོག་པས་མཆོམས་སྦྱར་ནས། རྣམ་པར་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེར་བསྐྱབ་པ་འདིའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱིས། དག་བའི་བྱ་བ་
ཆེ་ཆུང་མཐའ་དག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱིས་རྩིས་ཟིན་པས་ཆོག་སྐབས་པོ་ཆེ་འབྲེལ་
ཞིང་སྦྱིབ་པ་བྱང་། བསམ་པ་དག་པས་ལུས་བྱིན་གྱིས་སྦྱོབས། ལུས་ཀྱི་སྦྱང་བ་
བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ། ཕྱིན་ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་འཁོར་འཁོར་གྲུབ་པས་
གཞན་དོན་འབད་མེད་དུ་འབྱུང་ཞིང་། ཆོ་རབས་ཀྱུན་ཏུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་བརྗེད་
པའི་རྒྱུན་གྱིས་སངས་རྒྱལ་ཀྱིས་བོན་ཐོབས་པ་ལགས།

༥ དེས་སེམས་པ་བྱུང་དངོས་གཞིའི་ཚོག་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ནས། གསུམ་
 པ་མཇུག་གི་ཚོག་ལ། དགའ་བ་སྒྲོམ་པ། བསྐྱབ་བྱ་བ་སྒྲུབ་པ། བཀའ་རྒྱུ་
 གཏང་རག་དང་བྱང་སེམས་མི་བཟེད་གོང་འཕེལ་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་གདབ་པ་དང་གསུམ་
 ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། འདི་བཞིན་ཐུགས་ལ་བསམ་འཆོལ་ཏེ། བདག་འཁོར་བ་
 ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དུལ་ཡན་དུ་ལུས་དེ་ཙམ་ཞིག་བྲལ་གིང་། ལས་དེ་ཙམ་ཞིག་
 བྱས་པ་ཐམས་ཅད་དོན་མེད་འབྲུལ་འཁོར་འབའ་ཞིག་ལས་སངས་རྒྱལ་གྱི་རྒྱུད་དུ་གད་
 ཡང་མ་སོང་བ་ལ། ད་ཅེས་འདི་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཐུག་བདེ་ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུ་ལྟ་བུ་འདི་རྟེན་པ་རེ་དགའ། རེ་འཆོངས།
 སྒྲུབ་པའི་དགའ་བ་དང་སྒྲོབ་བ་བྱུང་ཅིང་། དེ་འདི་འབྲུབ་པའི་རྟེན་པ་ལེགས་པར་
 རྟེན་པ་འདི་དོན་མེད་དུ་མ་སོང་བའི་རིགས་དང་མཐུན་པའི་ལས་ལ་བརྩོན་དགོས་སྒྲུབ་
 དུ་དམ་འཆའ་སྟེ། རིགས་གདུལ་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་རིགས་ཏེ། རིགས་བདེར་སྒྱུར་
 བས་དེའི་ལས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་མི་བཅའ་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་བ། དེས་པར་བྱང་
 ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྱུད་པ་ལ་བརྩོན་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ལྟར་བརྩོན་ནང་འབྲུབ་པར་
 འབྱུར་བའི་རྒྱུད་དང་གཏའ་ཚོགས་ནི།

སྒྲིབ་འཇུག་ལས།

ཡོང་བས་ཕྱག་དར་སྒྲུབ་པོ་ལས།

ཇི་ལྟར་རིན་ཆེན་རྟེན་པ་ལྟར།

དེ་བཞིན་རིག་པ་ལྟར་སྟེ་སྟེ་...སྟེ་བས་ལེགས་པ་ལས་

ཁར་རྩེ་ཆེ་བ་ལྟ་བུའི་བཟོ་ཡིན། བས།

བདག་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་འདི་སྟེ་སྟེ།

འགྲོ་བའི་འཆི་བདག་འདོམས་བྱེད་པའི།

བདུད་རྩིའི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།

འགྲོ་བའི་དབྱེ་བ་སེམས་བྱེད་པའི།

མི་ཟད་གཏིར་ཡང་འདི་ཡིན་ནོ།

འགྲོ་བའི་ནད་རབ་ཞི་བྱེད་པའི།

སྟོན་གྱི་མཆོག་ཀྱང་འདི་ཡིན་ནོ།

སྒྲིབ་ལས་འབྱུངས་ཤིང་དུབ་པ་ཡི།

འགྲོ་བ་དཔལ་གསེའི་སྟོན་ཤིང་ཡིན།

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་དན་འགྲོ་ལས།

སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྟེ་སྟེ་གསལ་ཡིན།

འགྲོ་བའི་ཉེན་མོང་གདུང་སེམས་པའི།

སེམས་ཀྱི་རྩེ་བ་ཤར་བ་ཡིན།

འགྲོ་བའི་མི་ཤེས་རབ་རིབ་དག།

དབྱིད་འབྱིན་ཉི་མ་ཆེན་པོ་ཡིན།

དམ་ཚུལ་འོ་མ་བསྐྱབས་པ་ལས།

མར་གྱི་ཉིང་བྱ་ཕྱུངས་པ་ཡིན།

ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཡོད་པས་ཅི་འདྲི་བྱིར་འགྲོ་བའི་དོན་མི་
འགྲུབ་སྟིང་སྟིང་བས་དང་དག་འགྲོ་བ་བྱེད་ནས་འདི་འདྲི་རྩིས་སྒྲུབ་མཛད་འཆ་ལ།

༥ དེ་དུས་བདག་ཚེ་འབྲས་བུ་ཡོད།

མི་ཡི་སྤྲོད་པ་ལེགས་པར་ཐོབ།

དེ་འོ་མ་དམ་རྒྱལ་འགྲུབ་སྐྱེས་ཀྱིས།

སངས་རྒྱལ་སྐྱེས་སྐྱེད་སྐྱེར་ཏོ།

དེ་ནི་བདག་གིས་ཅི་ནས་ཀྱང་།

འགྲུབ་དང་མཐུན་པའི་ལས་བཅུ་མས་ཏེ།

སྒྲོལ་མེད་བཅུ་དེ་འོ་མ་འདི་ལ།

སྒྲོལ་པར་མི་འགྲུབ་དེ་ལྟར་བྱ།

༥ ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་དག་འགྲུབ་བསྒྲུབ་པ་ལ་དགོས་པ་ཅི་ལྟ་བུ་ཡོད་ཅེ་ན།
བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ངེས་པ་རྟོག་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་མི་ཉམས་པར་
བསྐྱབ་བ་དང་དག་པ་སྤེལ་བ་དང་མཐར་ཕྱིན་པའི་དགོས་པ་ཡོད། རང་ཉིད་ལ་
དེ་ལྟ་བུའི་སྐྱེལ་བཟང་ཐོབ་པས་འགྲོ་བ་གཞན་ནས་ཀྱང་ལམ་ལུགས་སྤྱི་དོན་
དཔོན་ནམ། དམུས་ལོང་ལ་དམིགས་ལོང་བྱིད་བྱ་ལུགས་ལ་སྒྲོལ་མི།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འཕྲོག་སུ་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

ནད་པ་ལ་སྒྲུབ་པ་རྟེན་པ་ལྟ་བུར་བདག་གི་གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་ཐམས་ཅད་
ལ་པན་བདེ་བསྐྱབས་པས་བྱེད་ཅག་དག་ལ་བ་དང་སྒྲོ་བར་གྱིས་བར་གཞིངས་བསྟོད་
པ་འདིའི་རྗེས་སྒྲོས་མཛོད།

༥ བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱབས་པ་ཐམས་ཅད་གྱི།

སྒྲུབ་སྒྲུབ་འགྲོ་བ་བདེར་ག་ཤེགས་ཉིད་དང་ནི།

བར་དུ་བདེ་ལ་མགྲོན་དུ་བོས་ཟེན་གྱི།

ལྟ་དང་ལྟ་མིན་ལ་སོགས་དག་ལ་བར་གྱིས།

འགྲོ་བའི་འགྲོན་པོ་སྤྱིད་པའི་ལམ་འབྱམས་ཤིང་།

བདེ་བའི་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་ལ།

འདིས་ནི་བདེ་བའི་མཆོག་ཏུ་ཉིར་གནས་ནས།

སེམས་ཅན་འགྲོན་ཆེན་ཆོས་པར་བྱེད་པ་ཡིན།

༥ གཞན་ཡང་རིགས་གྱི་བུ་རྣམས་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག །འདི་ལྟ་བུར་བྱུང་
ཆུབ་གྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་མ་ཐག་སངས་རྒྱུས་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ།

སྤྱོད་འཇུག་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲུབ་ནས་སྐད་ཅིག་གིས།

བདེར་ག་ཤེགས་རྣམས་གྱི་སྒྲུབ་ཞེས་བཛོད་བྱ་ཞིང་།

འདི་ག་རྟེན་ལྟ་མིར་བཅས་པས་ཐུག་བྱར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས། སྔོན་གྱི་སྒྲིག་པ་ཚན་པོ་ཆེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་འདིས་བྱང་བར་འགྱུར་ཏེ།
 དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་སྒྲིག་ཆེན་ཆུམས།
 སྐད་ཅིག་ཅམ་གྱིས་དེས་པར་སྒྲེག་པར་བྱེད།

ཅེས་གསུངས་བསོད་ནམས་དཔལ་ཏུ་མེད་པ་ཐོབ་སྟེ།
 དཔལ་བྱིན་གྱི་མདོར།
 བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་།
 གཤམ་ཏེ་དེལ་གཟུགས་མཆོས་ན།
 བམ་མཁའི་ཁམས་ནི་ཀུན་བཀའ་ནས།
 དེ་ནི་དེལ་མཆོས་ལྟ་བུ་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པའི་མཆོག་ཏུ་ཡང་འགྱུར།
 སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་རིང་འཛིན་གྱི་མདོལས།
 ལུས་ཅན་ཀུན་ལ་ཐབ་པའི་བྱིར།
 བྱང་ཆུབ་ཏུ་ནི་སེམས་བསྐྱེད་ནས།
 མཚན་མཆོག་སྒྲུལ་ཏུ་གཉིས་ལྡན་པའི།
 སངས་རྒྱས་དག་ནི་མཆོད་པར་འགྱུར།

ཞེས་གསུངས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཐབ་པའི་མཆོག་ཡིན་ཏེ།
 ཞིབ་ལྟས།
 འགྲོ་བའི་དོད་དཔོན་ཆེན་པོ་གཅིག་སྤུ་ཚད་མེད་སྟོས།
 ལེགས་པར་ཡོངས་སུ་བརྟག་ན་འོན་ཏེ།

ཐོག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་པ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

འགྲོ་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་བྱེད་པར་འདོད་པ་ན།

དེ་ཐོག་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་ལེགས་བརྟན་པར་བརྩུང་།

ཞེས་གསུངས། སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཅ་བ་
ཚུགས་ཏེ་ལྷུང་དུ་རྫོགས་འཚང་སྐྱབས་པར་འགྱུར་བ་ནི།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་ལས། སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཅ་བ་ཡིན་ནོ། །སེམས་བསྐྱེད་ན་མཐའ་གཉིས་ལ་
མི་གནས་པའི་སྤྱིར་ལྷུང་དུ་མཛད་པར་རྫོགས་པར་འཚང་སྐྱབས་པར་འགྱུར་ནོ། །ཞེས་པ་
ལ་སོགས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་ཅིང་བརྟན་
བསམ་མི་ལང་བ་ཡང་ཐུགས་ལ་དེས་འཚོལ།

༥ དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལེགས་པར་
ཐོབ་ནས། མཇུག་དོན་གཉིས་པ་སྤངས་སྤང་གནས་ཏེ་བར་སྟོན་པའི་བསྐྱེད་བྱ་བརྟན་
པ་འདི་ལ་ཐུགས་མ་ཡིངས་པས་ལེགས་པར་གསལ་བ་འཚོལ་ཏེ། དེ་ཡང་ཟབ་མོ་ལྟ་
སྐྱེད་ལུགས་ཀྱི་སྟོན་མཇུག་གཉིས་ལས་དང་པོ་སྟོན་པའི་བསྐྱེད་བྱ་ནི།

དེ་སྐད་དུ།

སེམས་ཅན་གཅིག་ཀྱང་སྟོས་མི་སྤང་།

རྟག་པར་སེམས་དེའི་ཕན་ཡོན་བསམ།

ཚོགས་གཉིས་བསལ་ལ་བརྩོན་པར་བྱ།

ཡང་ཡང་བྱང་ཚུབ་སེམས་གཉིས་སྤངས།

ནག་པོའི་ཚོས་བཞི་སྤངས་ནས་ནི།

དཀར་པོའི་ཚོས་བཞི་བསྟན་པར་བྱ།

ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་། བཀ་ལ་ཁས་གར་བྱུང་གི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕན་བསྐྱབ་པར་དམ་བཅས་པ་ཡིན་ཕྱིར། རང་དང་མ་
མཐུན་པའམ་མི་དགའ་བ་གཅིག་ཅེས་ཞིག་སྟོས་སྤངས་ཏེ། ཁོང་ཁོ་དང་དཔྱར་འཛིན་
བྱས་ན་བྱང་ཚུབ་སྟོན་སེམས་ཉམས་པ་ཡིན་ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུ་སྤངས་ཡང་མི་བྱུང་བའདི་ནི་
བྱང་སྟོན་གྱི་གཞི་མཐོ།

༥ གྲག་ཏུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ལ་བསམ་ཞིང་དན་གསེ་
བར་བྱ། ༡ དག་བའི་བྱུང་བ་ཤིང་བྱང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པ་དང་འཁོར་གསུམ་
ཡོངས་དག་གི་རྒྱལ་ཐབས་པའི་ཚོགས་གཉིས་ཟུང་འཇུག་ལ་བསྐྱབ། ༢ བྱམས་སྟོང་
རྗེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་སྟོན་ཞིང་ཉིན་མཚན་གྱི་ཐུན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་སྤང་བ་དང་
གཞན་གྱི་སྤྲི་སྤྲི་ལ་འཇུག་ཞིང་རང་གི་དག་བའི་གཞན་ལ་སྟོན་པའི་ཉམས་ལེན་
ནི་འདིའི་དོན་གྱི་དངོས་གཞིའོ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

༧ བཀ་པོའི་ཆོས་བཞི་ནི། སྤྲ་མཁའ་དགོན་མཆོག་ཏུ་གཏོགས་པ་དང་
མཆེད་གྲོགས་སོགས་ལ་རྩུབ་དང་དན་གཡོས་བསྐྱབ་དང་། ༡ གཞན་གྱིས་དགོ་བ་
བྱས་པ་སོགས་ལ་སྤྱོད་པའི་གནས་མ་ཡིན་པ་ལ་ལསྤྱོད་དུ་བཅུག་པ་དང་། ༢ སེམས་
བསྐྱེད་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གཞན་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་ཤིང་མ་གུས་པ་དང་། ༣ སྤྱི་འགྲོ་
སེམས་ཅན་མཆོག་དཔལ་གང་དང་གང་ལ་གཡོ་སྤྱོད་ཟེལ་རྩུབ་གྱི་རིགས་དང་ཐབས་
ལ་བྱུལ་ཅི་ལྟ་བུས་བསྐྱབ་པ་དང་བཞི་པོ་ནི་བཀ་པོའི་ཆོས་བཞི་ཡིན་ལ། དེ་དག་
སྤངས་ཏེ། དུས་ནམ་དུ་འང་སྒོག་ལ་བབས་ཀྱང་རྩུབ་མི་སྤྱོད་བ། ༡ གཞན་གྱི་དགོ་བ་
ལ་ཡི་རང་དང་མཐུན་ཆེན་སྤྱོད་ཅིང་འབྲེལ་ཆད་དགོ་ལ་འགོད་ཅི་རུས་བྱ་བ་དང་།
༢ སྤྱི་ཆོས་པ་དང་ཁྱད་པར་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ལ་སངས་
རྒྱུས་དངོས་སྤྱོད་པའི་དད་གུས་ཁབས་ཏོག་སྤྱོད་པ་དང་། ༣ སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
པ་མར་ཤེས་པས་ཟེལ་མེད་གྱི་སྤྱག་བསམ་ནམ་དག་གིས་ཅི་པན་ལ་འབད་
བ་སྟེ། ༧ དཀར་པོའི་ཆོས་བཞི་པོ་འདི་དག་ལ་རྟག་ཏུ་བཙོན་པར་བྱ་བ་འདི་དག་ནི་
སྤྱོད་པ་བྱུང་སེམས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ལག་པས་བྱུག་ལེན་དུ་ཐེབས་པར་མཛད་དགོས།

མདོར་བསྟུན། ལྷུ་འཁྱུ་ལ་པོ་མ་རྩོས་པས་ཁུས་པའི་མདོར། བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་ཆོས་གཅིག་དང་ལྡན་ན་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་དང་ལྡན་པའི་སངས་
རྒྱུས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སྤྱོད་འཛིན་ཏེ། ཆོས་གཅིག་སྤུ་གང་ཞིན་སེམས་ཅན་
སྤྱོས་ཡོངས་སྤྱོད་གཏོང་བའོ།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བདག་ལས་གཞན་གཅེས་ཀྱི་བྱང་ཐེམས་ཟློལ་མེད་
ལ་འདྲ་བའོ། །དེ་ནས་ཀྱང་། འཇུག་པ་བྱང་ཐེམས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱུང་། གཞུང་སྐོ་
སོར་འདྲེན་ལུགས་མི་གཅིག་པ་དག་ལ་མཆིས་རུང་། ཟབ་མོ་ལྟ་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱབས་འདིར་
ནི་ནམ་མཁའ་སྤྱིང་པོའི་མདོའི་རྩེས་སུ་འབྱང་སྟེ་སྐྱོབ་དཔོན་ཞི་བ་ལྟས་བསྐྱབ་བཅུས་
སུ་གསུངས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་འཕྲོག་པ། ༡ དམ་པའི་ཆོས་
སྤངས་པ། ༢ རབ་རྩ་བྱུང་བའི་རྟགས་ཅན་ལ་ཆད་པས་གཅོད་པ་འཇུག། བཅོམ་དུ་
འཇུག་གམ་དམག་དང་ལུའག་སོགས་ལས་མིན་ལ་བཀོལ་བ་དང་། ༣ མཆོམས་
མེད་པ་ལྟ་གང་རུང་བྱེད་པ། ༤ དགོ་སྤྱི་གཞུང་ལྟ་གསོད་པའི་ཆད་པར་ལྟ་བ་འཛིན་
པ་སྟེ། བྱང་ཐེམས་རྒྱལ་པོའི་རྩ་ལྟ་དམ། དེ་ནས་ཀྱི་ཁར། ཆད་ལྟ་འཛིན་པ་དང་
སྤོང་བྱེད་འཛིན་པ་འདི་གཉིས་བརྩེས་ཏེ། སྤོང་དང་སྤོང་བྱེད་སྤོང་བཟུལ་ཡུལ་
འཁོར་སོགས་འཛིན་པ་འཇུག་གཞོད་འཆོ་བྱེད་པ་ནི་བྱང་ཐེམས་བློན་པོའི་རྩ་ལྟ་དམ་
བྱུང་། སྤོང་གཞོད་མ་བྱེད་ལེན་མི་ཆོངས་སྤྱོད་རྩུབ་སྤྱོད་ལ་བཞི་པོ་ལས་འགལ་
བ་དང་། ༡ སྤྱོད་མ་ཡིན་པ་ལ་སྤྱོད་ཏིང་སྤྱོད་པ་དང་། ༢ ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་པའི་དང་
ཅན་སྤྱིར་བསྐྱོག་པ་དང་། ༣ སོ་ཐར་སྤངས་ནས་ཐེག་ཆེན་ལ་དགྱིབ་དང་། ༤ སྤོང་མའི་
མོས་པ་དང་མི་མཐུན་པ་སྤྱོད་པ་དང་། ༥ རྟེན་དང་བཀྲམ་སྤྱི་གཞོད་ནས་བདག་བསྤྱོད་
གཞན་སྤྱོད་དང་། ༦ མི་ཤེས་བཞིན་ཤེས་བརྩུ་མ་རྟོགས་པར་རྟོགས་བརྩུ་མ་ཐོབ་པར་
བརྩུ་སོགས་མི་ཆོས་བླ་མའི་ཟློལ་དང་། ༧ སྐྱབ་སྤྱིའི་ཡོ་བྱང་བཤད་སྤྱུལ་སྤྱིར་བཤམ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

སྒྲིབ་དུ་འཇུག་ཅིང་། དཀོན་མཆོག་གི་དཀོར་རྒྱལ་པོའམ་ཉི་དུ་སྟོན་པའི་སྒྲིབ་པར་
བྱེད་པ་སྟེ། རྟེན་རྒྱལ་སྒོམ་གྱི་ཅུ་ལྟར་བཅུ་དང་ལས་དང་པོ་པའི་ལྟར་བ་བརྒྱད་
ནམས་ཐམས་ཅད་འཛིན་ཞིང་སྒྲོང་བར་བྱ་བ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པས་ན། འདི་ནམས་
ཀྱི་སྤངས་བྱེད་གི་གནས་ཇི་ལྟར་བ་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདི་དག་ལས་གཞན་པའི་ཡན་
ལག་གི་ལྟར་བྱེད་བརྒྱད་ཅུ་སྟོན་པ་སྟེ། དག་ཀྱི་བྱེད་ཅག་གི་སྒྲོང་དང་འཛུལ་པའམ་
ཤེས་པ་དང་བསྐྱབ་པར་ཡང་བཀའ་ལ། མདོ་དོན་པ་མཆོར་གོང་དུ་སྒྲོམ་པ་ནམས་
ལ་འདུ་བ་དང་། གཤམ་ཉེ་ཅིས་ཀྱང་རྟོགས་པར་བུས་ཤིང་སྒྲོམ་བསྐྱབ་བརྟུས་སྟོན་པ་
བྱང་སེམས་ཀྱི་མདོ་བསྟན་བཅོས་ནམས་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ལ། བྱེད་པར་དུ། སྐྱབས་
དང་སྒྲོམ་སེམས་གཏོང་བ། ལོག་པར་ལྟ་དང་ཉན་རང་གི་ཡིད་བྱེད་སྐྱེས་པ། བསྐྱབ་
པ་ཐུལ་དང་སེམས་ཅན་སྒོམ་མ་སྤངས་བ་ནམས་ནི་བྱང་སྒྲོམ་ཅུ་བ་ནས་གཏོང་ཞིང་འཛིན་
པའི་རྒྱ་ཡིན་ཕྱིར། སྒྲོམ་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པར་ཤེས་དགོས། ལྟར་བཆོར་བྱུང་ན་
སྒྲོམ་པ་སྤངས་བྱེད་པ་དང་། འབྲིང་དུ་བྱུང་ན་བཤགས་པ་དང་སྤངས་བསྐྱབ་ཕྱི་
བཤགས་སྒྲོམ་གྱིས་སོར་ཆུད་པར་འབྱུང་བར་གསུངས། སྤངས་བྱའི་དགག་པའི་བསྐྱབ་
བྱེད་ལྟར་བསྟན་ནས། བསྐྱབ་པར་བྱ་བ་ནི། དགོ་བ་བཅུ་དང་ཆོས་སྒྲོང་བཅུ་
པ་རེའི་ཕྱིན་དུག་སྟོན་པའི་བཙོན་པ་དང་། མདོར་བསྐྱབ་ཉི་མ་སྒྲོང་སྒྲོམ་པ།
དགོ་བཆོས་སྤྱད། སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་དེ། ཚུལ་ཁྱིམས་ནམས་པ་གསུམ་ལ་ཡང་

དག་པར་གནས་པ་ནི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་པ་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་ཡོངས་སུ་
རྩོགས་པ་ལགས་པས་དེ་དག་ལ་ཉན་ཉན་ཏུ་མཛད་འཚེལ།

༥ ལཱུག་གི་ལས་རིམ་གསུམ་པ་གཏང་རག་གི་མཆོད་པ་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སངས་རྒྱུ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱོད་པ་གཅིག་པའི་
གཤེགས་སྤྱུག་བསྐྱེད་པ་ལ་འདི་ལྟ་བུར་ཚུད་པ་ནི་སྐྱེམ་དང་དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱེའི་
ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ན། བྱིད་ཅག་རང་རང་གི་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་ཅི་ཡོད་ཐམས་ཅད་
མཆོད་པའི་མཐུལ་དུ་འབྱུལ་བའི་འདུན་པས་ཕྱག་དང་མཐུལ་འབྱུལ་བར་ཁྱེད་
བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཆོ་རབས་ཀྱི་ཉན་ཉན་བཞེད་ཅིང་མཁའ་ཁལ་བྱུང་གི་དོན་རྒྱུ་ཆེན་
འགྲུབ་པའི་བསྐྱོ་སྤྱོད་བཟང་པོ་འདི་བཞིན་རྩིས་སྤྱོད་མཛད་འཚེལ།

༥ བྱང་ཚུབ་སེམས་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ།

མ་སྐྱེས་པ་ནུམས་སྐྱེས་སྐྱུར་ཅིང་།

སྐྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།

གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

བྱང་ཚུབ་སེམས་དང་མི་འབྲལ་གིང་།

བྱང་ཚུབ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་།

སངས་རྒྱུ་ནུམས་ཀྱིས་ཡོངས་བཟུང་སྟེ།

བདུད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་སྤོང་བར་ཤོག།

ཐོག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འཕོགས་ཆོག་ཐུང་པའི་བྱ་གཞི་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་ནི།
འགྲོ་དོན་ཐུགས་ལ་དགོངས་འགྲུབ་ཤོག།
མཐོན་པོ་ཡིས་ནི་གང་དགོངས་པ།
སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་འདྲིར་ཤོག།

ཅེས་དང་ཤིས་པ་ཡང་བརྟེན་དཔེ་བྱུང་། །འདི་ནི་ཟུང་མོ་རྟ་རྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་སོར་བཞག་ཡིན་ཕྱིར།
ཁྱིམ་པ་མོ་ལ་སོགས་རྟེན་ངེས་མེད་ལ་སྐབས་སྡོམ་གྱི་གཞི་བྱས་ནས་འཕོགས་པར་རུང་བར་གསུངས་ཤིང་།
སྤྲུམ་འཛོམ་ན་རྟེན་གྱི་དུང་དུ་འདེམ་ན་རུང་བར་གསུངས་པའོ། །¹ རྒྱལ་བ་བྱམས་པ་ནས་འཕགས་པ་
ཐོགས་མེད་ལས་བརྒྱུད་པའི་རྒྱ་ཆེན་རྒྱུད་ལུགས་ཀྱི་བྱང་སྡོམ་བྲལ་བ་ལ། རྟེན་གྱི་གང་ཟག་ནི་སྤྱིར་གོང་དང་
མཐུན་ཡང་། བྱང་པར་དུ་སོ་ཐུར་རིས་བདུན་གང་རུང་དགོས་པར་གསུངས་ཕྱིར་དགོས་ཐུང་ལ་བསྐྱབས་ཤིང་།
གལ་ཏེ་ཁྱིམ་པ་ལྟ་བུའུ་ཅེས་ཀྱང་འཕོགས་དགོས་ན་འདེམ་དེ་འདི་ཇི་ལྟར་ལྟས་པ་དང་སྐྱུར་བའི་དགོ་བཅུན་དུ་
བསྐྱབས་ནས་དེ་རྗེས་བྱང་སྡོམ་འཕོགས་པར་གསུངས་ཤིང་། འདི་ལ་འདྲེས་བྱུང་བ་དངོས་གཞི་རྗེས་དང་གསུམ་གྱི་
སྐྱུར་བའི་ཆོ་ག་གསོལ་བ་གདབ་པ་སྐབས་འགྲོ་བྱང་པར་ཅན་དང་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་ཆོགས་བསམགས་པ་
གསུམ་པོ་གོང་དུ་བརྟན་པ་ལྟར་བྱས་ལ། འདི་སྐབས་ཕྱག་བཞེས་ལ་ལམ་ཕྱག་མཆོད་ཅུང་ལས་གཞན་མི་
མཛོད་པ་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱི། བསྐྱུམ་པ་ལ་དེ་ལྟར་རུང་ཡང་འདིར་ནི་ཡན་ལག་བདུན་མཆོད་བར་བྱ་སྟེ།
བྱང་སེམས་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བའི་ཆོགས་བསམགས་པ་ལ་རག་ལས་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ།

གལ་ཏེ་དུས་གཅིག་ལ་སེམས་སྡོམ་རྒྱུད་ལུགས་གཉིས་ཀ་སྐྱེལ་ནས་འཕོགས་དགོས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོ་
ན་སྐྱུར་ཆོས་གསུམ་པོ་འདི་གཉིས་ཀ་འདི་ཐུན་མོང་དུ་ཆོར་གཅིག་གིས་ཆོག་པ་ཡིད་དོ། །དངོས་གཞི་ལ་དེ་ཡང་

ཟབ་མོ་ལྟ་རྒྱུད་ལ་འོ་སྒྲོལ་འཇུག་རྒྱུ་ལས་གཅིག་ཏུ་བྲམ་རུང་ཡང་། འདིར་འོ་སྒྲོལ་པར་ཐོག་དང་དུ་ལེན་པ་ལྟ་བུ་
བཞེས་ཡིན་གྱི་ལྟ་། སྒྲོལ་མ་ནུམ་ལ་ཡན་ལག་བདུན་གྱི་བསྐྱོད་ཡན་ནུམ་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ནས། དངོས་
གཞི་ལ་བབས་པའི་ཚོ་འདི་ལྟར་བཞུགས་པར་བྱ་གྱི།

༥ དེ་ནས་དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་
གཞུང་ལུགས་གཉིས་ཀྱི། འདིར་འོ་བྱམས་མཐོན་ཐོགས་མེད་སོགས་ལས་ལེགས་
པར་བསྐྱེད་ཅིང་། རོ་བོ་རྗེ་དཔལ་ལྡན་ཨ་ཏི་ཤའི་རིང་ལུགས་ལས་བྱུང་བའི་བྱུག་
བཞེས་ལ། སྒྲོལ་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དང་། འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་
ཀྱི་སྒྲོལ་པ་བྲམ་བ་དང་གཉིས་ཡོད་དེ།

དང་པོ་སྒྲོལ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པ་མར་ཤེས་
པའི་བྱམས་པ་དང་། དེ་དག་འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་མཐར་བལ་མི་བཟོད་
པའི་སྒྲིང་རྗེ་དང་། དེ་དག་སྒྲུག་བསྐྱེད་ལས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་
པར་འདོད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་གསུམ་དགོས་པ་སྟེ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་
རིགས་སྒྲུབ་པ་སྟེ་འཁོར་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ལས་པོ་ནས་འཇག་མིག་གི་སྒྲིབ་བྱ་ཡན་ཆད་
སྒྲོལ་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དཔྱེ་ཡན་ཆད་དུ་རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མ་བྱས་པའི་གངས་
དང་ཆོད་ཀྱི་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཀྱང་བཞུགས་དུ་མེད་ལ། དུང་སངས་རྒྱུ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་
དུ་དེ་ལས་མ་འདས། འོ་སྒྲོལ་ནུམ་སྐྱེ་བ་འདི་འོ་སྒྲོལ་འདི་འོ་སྒྲོལ་གྱི་རིན་ཅན་གྱི་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཏིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

མའོ་ཞིས་རིན་དུ་བཟོ་བཅུང་ཟད་ཅམ་བྱེད་པ་ལས་མི་བྱེད་པ་ཆེས་མང་ཞིང་། རིན་དུ་
གཟོ་བར་རྫོག་པ་ནམས་ཀྱང་ཟས་གོས་བྱིན་ཅིང་གཡོག་ཏུ་བསྒྱི་བ་སྤོང་ཆོག་གས་བྱས་
ན་རིན་ལུལ་ཡར་འདྲིན་པར་བྱེད་པ་ལས་མེད། མ་འདིས་ཐོར་ངག་སྤྱད་གསལ་མཐའ་
དག་བྱེད་དུ་བསམ་དེ་བདག་ལ་ལུས་སྒོག་ཡོངས་སྤྱོད་མ་ལུས་བྱིན་པའི་རིན་ལན་སྤྱ་
ཞིག་གིས་འཁོར་ལ། དེ་ཡང་ཆོའདི་གཅིག་བྱུར་བྱས་པ་ཅམ་མ་ཡིན་ཏེ་འཁོར་བ་
ཐོག་མེད་དུ་ལྟའི་བར་དུ་བྱས་པ་དང་། འོ་ན་དེ་ལྟ་བུའི་རིན་ཆེ་བ་ཏེ་ཆོའདི་འི་མ་འདི་
ཉིད་ཁོ་ན་ཡིན་ནམ་ཞེ་ནམ་ཡིན་ཏེ། ཁམས་གསུམ་རིས་དུག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་རེ་མོས་ཀྱིས་མ་བྱས་པའི་རིན་ཅན་གསུག་ཡིན་པས་ན། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱེད་
མེད་དུ་རིན་ལན་གཞལ་དགོས་པས། བྱམས་པའི་སེམས་ཆད་མེད་པར་བསྐྱེད་པར་
བྱ་བ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་ནམ་རྒྱའི་དངོས་པོ་ཡིན་ཏེ།

སྤྱོད་འཕུག་ལས།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔས་སེམས་ཅན་ལ།

བྱ་གཅིག་པ་ལ་བྱམས་པ་བཞིན།

ཀྱང་གི་ཁོང་ནས་བྱམས་པ་ཆེ།

དེ་ལྟར་རྟག་པན་བྱ་བར་འདོད།

ཅེས་པ་ལྟར་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟ་བུ་བྱམས་པ་ཡོད་པ་གཅིག་བྱས་མི་ཆོག་སྟེ།
སེམས་ཅན་དེ་དག་གི་གནས་ཚུལ་ཅི་ལྟ་བུ་ཞེས། རྒྱ་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྣང་

དེས་ཁྱབ་ཀྱང་རྒྱུན་དགོ་པའི་བཤེས་ཀྱིས་ནི་མ་ཟིན། ཐོབ་དམ་པའི་ཚེས་དང་ནི་མ་
 འབྲང། ལས་དཀར་པོ་དགོ་བ་ནི་མི་བསྐྱབ་པར་མ་རིག་འབྱུལ་པའི་བག་ཆགས་
 དན་གོ་མས་ནི་ཚན་ཆེ། ཉེན་མོངས་ལས་དན་གྱི་ཚུ་ཀྱང་ཆེན་པོ་ནི་ལྷགས་སྒྲག།
 གཏུན་བདེ་ཐར་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་འདུན་མ་ནི་བརྟན་ཡང་མི་མ་ཐོང། བཤད་ཀྱང་
 མི་གོ། །མིད་ཀྱང་མི་འགྲོ་བར་འཁོར་བ་དན་མོངས་གྱི་ཐབས་སྐྱབ་པ་ལ་ནི་སྤྱེ་མ་ལེབ་
 མར་མེལ་འཇུག་པ་ལྟར་བཀག་ཀྱང་མི་ཁེགས་བསྐྱང་ཡང་མི་བྱུབ་པར་འཁོར་བ་སྐྱབ་
 བསྐྱལ་གྱི་སྒྲོ་ག་ཤོམ་དང་འདུན་ཐབས་འབའ་ཞིག་སྐྱབ་པར་བྱེད་དེ།

ཇི་ལྟར་དུ།

སྒྲུག་བསྒྲུལ་འདོར་འདོད་སྒྲོ་ཡོད་ཀྱང་།

ལྷན་བསྐྱེད་ཉིད་ལ་མདོན་པར་རྒྱག་པ།

བདེ་བ་འདོད་ཀྱང་གཏི་མུག་པས།

འད་གི་བདེ་བ་ད་གྲ་ལྟར་འཛོམས།

ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་མ་གཞན་ནམས་ལ་སྙིང་རྩེ་དག་པོ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ཡང་
དན་མོང་གི་སྤྱག་བསྐྱེད་ལ་མི་བཟད་པ་ཉམས་སྤྱོད་བ་ནམས་ལྟ་བུ་སྙིང་རྩེའི་ཡུལ་དུ་
སྤྱར་མོད་གྱི། དེལས་ཀྱང་དལ་སྤྱི་ག་བཅོད་མེད་པར་སྦྱོད་པལ་ཉམས་སྤྱོད་ཅམ་མེད་
པའི་རྒྱལ་པོའམ། འན་པ་ལྟ་བུ་དག་སྙིང་བཙུང་བའི་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། དེ་དག་དལ་
སྤྱི་ག་བསྐྱེད་ལ་མཐའ་མེད་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱ་བ་པལ་འབད་པའི་ཕྱིར་དོ། །དེ་བས་ན་མཁའ་ཁྱབ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

ཀྱི་མ་ཆ་ན་སྒྲོན་པ་དང་འདྲ་བ་སྤངས་སྤང་གོ་ལོག་མཁུ་འདི་དག་སྒྲུག་བསྐྱེད་ཆུ་འབྲས་
ལས་བསྐྱེད་ཅིང་སྒྲོབ་ཐུབ་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲིང་རྩི་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྟེ།

ཆོས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་པའི་མདོ་ལས། འདི་ལྟ་སྟེ། འཁོར་ལོ་བསྐྱེད་
བའི་རྒྱལ་པོའི་འཁོར་ལོ་རིག་པོ་ཆེ་གང་དུ་མཆིས་པ་དེར་དབྱེད་གི་ཆོག་མ་ཐམས་
ཅད་མཆིའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིང་རྩི་ཆེན་པོ་གང་དུ་མཆིས་པ་དེར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་
ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆིའོ། །ཞེས་དང་། ཐམས་ཅད་མཁུ་བའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ནི་སྒྲིང་
རྩི་ལྟ་བུ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ཅོ།

ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་དུ་སྒྲིང་རྩི་ཆེན་པོའི་སེམས་ཅན་དེ་
ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་བྱེད་བྱེད་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་ན་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མི་ལྟོན་ལ།
དེ་ལ་ནི་ཐོག་མར་རང་ཉིད་ལ་མཁུ་བ་ཕྱེ་བུས་གསུམ་དང་སྤང་དང་རྟོགས་པའི་ཡོན་
ཏན་དང་མ་ལྟར་པར་གཞན་སྒྲོལ་བར་མི་བུས་ཏེ། ལྟོངས་པས་གཞན་གྱི་ལམ་མཁུ་
མི་བུས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་སྤྲུལ་བྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཅི་ནས་ཀྱང་ལྟར་
དུ་ཐོབ་པར་བྱས་ལ། མཁུ་བ་བྱེད་ཀྱི་པ་མ་འདི་དག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སར་དེས་པ་ཁོ་
ནར་འགོད་པར་བྱའོ་སྒྲུབ་པའི་འདུན་པ་དྲག་པོས། སྤྲུལ་དཀོན་མཆོག་ནམས་ལ་
དད་པའི་ཤུགས་བསྐྱེད་ཅིང་། ཐལ་མོ་སྒྲུར་ནས་སྒྲོན་སེམས་སྤང་བའི་ཆོག་འདི་ནི་
རྩི་སྒྲོལ་མཛད་པར་ལ།

༥ རྒྱལ་པོ་བཅུ་དྲུག་གསུམ་པའི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
 ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སྟུགས་ལ། སྒྲོབ་དོན་བདག་ལ་དགོངས་སྟུགས་ལ།
 བདག་མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱི་བ། སྐྱེ་བ་འདི་དང་སྐྱེ་བ་གཞན་དང་གཞན་དག་ཏུ།
 སྐྱེན་པའི་རང་བཞིན་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་རང་བཞིན་དང་སྒྲོམ་པའི་རང་བཞིན་གྱི་དགོ་
 བའི་རྩ་བཅི་བསྐྱིས་པ་དང་། བསྐྱིད་དུ་སྐྱུལ་བ་དང་། བསྐྱིད་པ་ལ་རྗེས་སྟུལ་རང་
 པའི་དགོ་བའི་རྩ་བ་དེས། ཇི་ལྟར་སྒྲོབ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་
 དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ནམས་དང་། སུ་ཆེན་པོ་ལ་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ནམས་ཀྱིས། སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་
 རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སྐྱབས་བསྐྱེད་པར་མཛད་པ་དེ་བཞིན་དུ་བདག་མིང་འདི་
 ཞེས་བསྐྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་ཇི་སྲིད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ལ་མཆིས་
 ཀྱི་བར་དུ་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པར་
 དགྱེད། །སེམས་ཅན་.....དན་སྔོང་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་སྟུག་བསྐྱུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལས། ལ་བསྐྱུལ་
 བ་ནམས་བསྐྱུལ་བར་བསྐྱེད། །ལམ་རིས་ཀྱི་འགྲོ་བ་ཉོན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ལས་.....ལ་གྲོལ་
 བ་ནམས་དགྲོལ་བར་བསྐྱེད། །ཉན་རང་གི་ཚོགས་ཐེག་པ་ཆེན་པོར་.....དབྱུགས་མ་ཕྱིན་
 བ་ནམས་དབྱུགས་དབྱུང་བར་བསྐྱེད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སུ་.....ཡོངས་
 སྟུ་མུ་དན་ལས་མ་འདས་པ་ནམས་ཡོངས་སྟུ་མུ་དན་ལས་བཟུ་བར་བསྐྱེད། །
 ཞེས་ལན་གསུམ་དུ་བསྐྱུར་ནས་བྱངས་ཏེ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

༥ དེས་སྒྲོབ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁྱེད་ཅག་ནམས་ཀྱིས་ལགས་པར་ཐོབ་
པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་དེས་ཤེས་སྐྱེས་པ་གཤམ་ཆེ། ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ནུལ་པོའི་
སྐས་རྒྱལ་སྤྱི་དཔང་བསྐྱར་མ་ཐག་རྒྱལ་པོར་བརྗོད་པ་དང་། རབ་རྟ་བྱུང་མ་ཐག་
དགོ་སྤྱོད་དུ་མིང་འཕོ་བ་བཞིན། བྱང་ཆུབ་མཆོག་རྟ་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཐག་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔལ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བ་དང་། ཉན་རང་མཐོང་དྲིལ་གྲོ་བ་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་ཕྱག་གི་གནས་སུ་གྱུར་པ་ལགས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བའི་
ཚུལ་ཡང་། གྲོ་གྲོས་མི་ཟད་པའི་མདོར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ནམས་ཀྱི་སེམས་
དང་པོ་སྐྱེས་པ་དེ་ཡང་མི་ཟད་པའོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེས། མ་འདྲེས་པའི་ཕྱིར་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དེ་ཐོ་ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་དང་མ་འདྲེས་པར་སྐྱེའོ། །ཐོག་པ་གཞན་
ལས་འདོད་པ་མེད་པས་སེམས་དེ་ཐོ་མ་འབྲེལ་བར་སྐྱེའོ། །བདུད་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་
མི་སྤྱེད་པས་སེམས་དེ་ཐོ་སྐྱ་བར་སྐྱེའོ། །དགོ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་པར་
བསྐྱབས་པས་སེམས་དེ་ཐོ་བརྟན་པར་སྐྱེའོ། །འདུས་བྱས་མི་རྟག་ཤིན་རྟ་རིག་པས་
སེམས་དེ་ཐོ་རྟག་པར་སྐྱེའོ། །སེམས་ཅན་གོ་འབྱེད་པས་སེམས་དེ་ཐོ་རྒྱུ་ཆེ་བར་སྐྱེའོ། །

ཞེས་པ་ལ་སོགས་རྒྱུ་ཆེར་གསུངས་ཤིང་། འདི་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་
རིན་པོ་ཆེ་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོན།
གནས་སྐྱབས་མཐར་ཐུག་མ་ལུས་པའི་གཏན་འདུན་གྱི་གཞི་མ། ཐར་པ་དང་ཐམས་
ཅད་མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་འདི་ཉིད་རྒྱད་ལ་དང་པོར་སྐྱེས་

མ་ཐམས། །བསྟན་པ་ལ་དགའ་བའི་ལྟ་ན་མས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་སྤང་ཞིང་
སྐྱབ་པར་བྱེད་པ་དང་། འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐོང་ན་དགའ་བ་དང་། དགོ་བའི་
རྩ་བ་ཐམས་ཅད་མི་ཟད་ཅིང་འཕེལ་བ་དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མ་བྱུང་པའི་སངས་
རྒྱུ་ཀྱིས་བོན་ཐོབ་པ་ལ་སོགས། སེམས་དང་པོ་སྐྱེས་པ་ཙམ་གྱི་ཕན་ཡོན་གཤམ་
དུ་མེད་པར་གསུངས་ན་རྒྱུ་ཆགས་སུ་ལག་ལེན་དུ་འདེབས་ན་ལྟ་མྱོས་ཏེ།

འགྲོ་བ་ཀུན་གྱི་དགའ་བའི་རྒྱ།

སེམས་ཅན་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཅིང་སྤྱུར་པ།

རིག་ཆེན་སེམས་ཀྱི་བསོད་ནམས་གང་།

དེ་ལ་ཇི་ལྟར་གཤམ་གྱིས་ལང་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་དྲན་ཞིང་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་པར་མཛད་ནས།
དེའི་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན་པས་འདི་བཞིན་བྱུགས་ལ་ངེས་
འཛལ་ཏེ། བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་གནས་གང་ཞིན། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་
མཐོང་ཞིང་རྗེས་སུ་དྲན་པར་བྱ་བ་དང་། དེ་ཉིད་ཉིན་མཚན་དུས་ཀུན་ཏུ་བསྒྲུབ་ཞིང་
སྤེལ་སྤྱད་ལ་སྐྱོབ་པ་དང་། ཚོགས་གཉིས་རྒྱ་ཆེར་གསོག་པ་ལ་ངལ་དུ་བ་དང་སྒྲོམ་
སེམས་མེད་པར་བརྟེན་པ་དང་། སེམས་ཅན་གཅིག་ཙམ་ཡང་སྒྲོམ་མི་སྤང་བར་
སྐྱབས་ཁོངས་སུ་བཅུག་པ་དང་། བག་པོའི་ཚོས་བཞིན་སངས་ནས་དཀར་པོའི་ཚོས་
བཞི་ལ་བརྟེན་པ་རྣམས་བྱུག་ལེན་དུ་ཐེབས་པར་མཛད་འཛལ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་གྱི་ལ་གཞི་སྒྲིག་པ་ལ་མཛེས་ལྷན་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་པ་བསྐྱེད་པའོ་ཤོ་སྒྲིག་པ་མཆོག་ཐུབ་པའི་ཐུག་པེར་ས།

དེལ་ནག་པོའི་ཚེས་བཞི་འི། སྤམ་དང་མཁའ་སྤྱོད་སོགས་རྩུབ་གྱིས་བསྐྱུ་
 བ་དང་། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་སོགས་ཚེས་སྦྱོང་པ་གཞན་ལ་སྐྱུར་བ་འདེབས་
 པ་དང་། གཞན་གྱི་དགོ་བ་ལ་འབྱོང་པ་བསྐྱེད་པ་དང་། གཤམ་སྐྱུས་སེམས་ཅན་
 བསྐྱུ་ཞིང་ལོག་འཚོ་སྐྱུ་བ་པ་ནམས་ཡིན་པས། དེ་དག་ལས་བསྐྱོག་པའི་དཀར་པོའི་
 ཚེས་བཞི་བསྐྱུ་བ་པ་འི། རྩོག་ལ་བབས་ཀྱང་རྩུབ་མི་སྤྱོད་པ་དང་། གཞན་ལ་སྐྱུར་
 འདེབས་མི་བྱེད་པ་དང་། ས་པོའི་གྱི་དགོ་བ་ལ་མཐུན་འཛུར་བྱེད་པ་དང་། སྤམ་
 ཡང་གཤམ་སྐྱུ་ཐོལ་ཐོག་མི་བྱ་བ་སྟེ། དེ་སྟར་སྤྱོད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱི་བསྐྱུ་བ་བྱའདི་
 ནམས་ལས་སྐྱད་ཅིག་ཀྱང་མི་འདའ་བར་མཛད་པར།

དཀྱིལ་ལྟུགས་པ་མེམ་པ་བསྐྱེད་ཀྱི་ལས་འཕྲོ་ལ་ཡང་སྒྲུབ་དངོས་ཤེས་གསུམ་གྱི་
སྒྲོལ་སྒྲོལ་པ་ལས། སྒྲུབ་པའི་ཚེས་ལ་ལྟོ་ཡོད་དེ། གསོལ་བ་གདབ་པ། བསམ་
པ་བརྟག་པ། ལྷུང་དུ་སྒྲུབ་པར་བསྐྱེད་པ། བར་ཆད་དེ་བ་བསྐྱེད་པའི་གནས་གོ་
བར་བྱས་ནས་སྒྲོལ་དེ་བ་དང་ལྟོ་ཡོད་པའི། དང་པོ་ནི། གོང་དུ་སྒྲོལ་བ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
མེམ་པ་ལེགས་པར་ཐོབ་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱ་དང་ས་པོ་ཉེ་བར་ཐོབ་ཀྱང་། དེ་ལྷུང་
དུ་སྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མེམ་པ་མེད་ན་འཁྱུང་པར་དཀའ་འཁྱེ།
ཇི་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ན་ཁོང་པ་དག་ས་པོ་ན་བཟང་པོ་བསྐྱེད་དུ་ཕྱིན་ཡང་ཆུ་ལུང་སོགས་
སྐྱེད་སྐྱུང་གི་ལས་ལ་འབད་དགོས་པ་ལྟ་བུ་སྟེ།

ཐོབ་ཆེན་པོས།

འཇུག་མེམས་བདག་ཉིད་སྡོམ་པ་མ་གཏོགས་པ།

ཡང་དག་སྒྲོབ་པས་འཕེལ་བར་འགྱུར་མ་ཡིན།

རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་སྡོམ་པ་སྤེལ་འདོད་པས།

དེ་ཕྱིར་དེ་ཁྱིམ་བདག་པས་ངེས་པར་བྱངས།

ཞེས་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་ལེན་པའི་རྟེན་དུ་སོ་ཐར་རིས་བདུན་གྱི་བསྐབ་པ་དང་
ལྷན་ཁིང་སྒྲོབ་མེམས་ལེགས་པར་སྒྲིམ་པ་གཅིག་དགོས་པར་ལུགས་འདིའི་བཞེད་པ་
ཡིན་པས། དེའི་རྒྱུད་བྱིད་ཅག་ལ་ཚང་བ་དང་། ལེན་པའི་ཡུལ་དགོ་བའི་བཞེས་
གཉིན་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་ལྷན་པ་དགོས་ཀྱི། དེད་ལ་དེ་ལྟ་ལྟའི་ཡོན་ཏན་
གྱི་ཆ་ཤས་ཅུང་ཡང་མེད་ནའང་། བྱིད་ཅག་གིས་སངས་རྒྱུས་དངོས་སུ་མོས་པ་མཛད་
ན་དང་པའི་རྒྱུ་དང་བདག་གི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་མེམས་གཉིས་པོ་འཛོམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་
གྱི་མཐུས་བྱིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འཇུག་པ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་མེམས་སྒྲིམ། དེའི་མཐུ་འབྲས་ཀྱིས་
ནམ་ཞིག་བདག་སྒྲོབ་དཔོན་ས་དང་པོའི་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཆོ། ད་ལྟ་བྱིད་མེམས་
བསྐྱེད་ཞུས་པ་ནམས་ཀྱི་ལས་བཟང་བ་དག་གི་ལྟ་ཅི་སྒྲོམ་ཀྱི། འགའ་ཞིག་ལས་ངན་
གྱི་རྒྱུད་བ་ཕྱོག་ནས་ངན་སོང་གི་གནས་ན་མཆིས་པའི་ཆོ་ནའང་། བདག་བསམ་
བཞིན་དེའི་དོན་དུ་སྒྲིབ་བྱངས་ཏེ་རྫོགས་སུ་འཛོམ་པ་དང་། བདག་མདོན་པར་རྫོགས་
པར་སངས་རྒྱུས་པ་ན་བྱིད་འབྲེལ་བ་ཐོགས་པ་ཚུན་ཆད་ལ་ཐུགས་རྗེའི་གཟིགས་པ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟོལ་གཏིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

འཇུག་ཅིང་། ལམས་གསུམ་གང་ན་གནས་ཀྱང་བདག་གི་སྒྲིའི་འོད་ཟེར་བྱེད་བསྟུག་
དུག་ཅུས་འཁོར་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་དུ་བསྐྱུས་ནས་སྤྲོད་ཅིང་སྟོལ་བར་བྱེད་པར་འགྱུར་
བསྟེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་རོག་ཅིག་པའི་བདེན་
པའི་བྱིན་ལྡན་ལགས། དེའི་སྤྱིར་ན་དལ་ཡང་དག་ལ་སངས་རྒྱུས་དངོས་ཀྱི་མོས་
པ་མཛད་ནས་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་གཏུག་སྤྱོད་མཐའ་དག་མཆོད་པར་འབུལ་བའི་ཐུགས་
འདུན་གྱིས་མཆུལ་འབུལ་བར་ལ།

༥ དེ་ནས་ཕྱག་ཐུབ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་གུས་པས་གསོལ་བ་གདབ་པ་འདིའི་
རྗེས་སྒྲོས་མཛད་འཆའ།

༥ སྟོབ་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། སྟོབ་དཔོན་ཁྱེད་ལས་བདག་བྱུང་
ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་སྟོན་པ་ཡང་དག་པར་བྲུངས་པ་ལེན་པར་འཆའ་
གྱི་དེལ་གཞོད་པ་མ་མཆིས་ན་བདག་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བའི་སྤྱད་དུ་རྩུང་ཟད་ཅིག་གསུམ་
ཅིང་སྒྲུལ་བའི་རིགས་སོ། །ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་བོ།

༥ གཏིས་པ་བསམ་པ་བརྟག་པ་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་དང་པོ་སྤྱིང་སྟོབས་
ལ་བརྟག་པ་ནི། རིགས་ཀྱི་བུ་རྒྱམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྟོན་པ་ལེན་པར་འདོད་
པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལགས་ཤིང་ངོ་མཆོར་ཆེ་ནའང་། འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པར་བྱེད་...ཅེས་ཁས་བླང་དོ། །དགོས་ན། དེའི་བསྟུག་

པ་གངས་མེད་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཀྱི། རིགས་ཀྱི་བྱ་ནམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
 སྒྲིབ་པར་བྱེད་པའི་བསྐྱབ་པ་ནམས་ལ་སྒྲོབ་ལུས་སེམས། ཞེས་འདི་ཞིང་། སྒྲོབ་མ་ནམས་
 ཀྱིས་ཀྱང་། ལུས་ལགས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔལ་འགྱིལ་ཞིང་ལམས་གངས་མེད་པ་སྒྲོབ་
 བ་དང་། སངས་རྒྱས་གངས་མེད་པ་མཉམ་པར་བྱ་དགོས་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ་ནམས་
 ཞིང་ལམས་གངས་མེད་པ་སྒྲོབ་བ་དང་། སངས་རྒྱས་གངས་མེད་མཉམ་པ་ལ་སྒྲོབ་
 ལུས་སེམས། སྒྲོབ་མས་ཀྱང་། ལུས་ལགས། ཞེས་བྱ། བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་དེ་ཉམས་
 བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཕན་བདེ་ལ་འགོད་པར་དམ་བཅས་པའི་སྤྱིར་དེད་ག་ཐམས་
 ཅད་བསྐྱབ་པར་འགྱུར་ཏེ།

རྒྱུད་དུ།

དངོས་པོ་པལ་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་།

ཡིད་ཀྱིས་སྒྲིབ་པར་བསམས་བྱས་ནས།

མི་གང་སྒྲིབ་པར་མི་བྱེད་པར།

དེ་དག་ཡི་དུགས་རྒྱུར་གསུངས་ནས།

སྒྲོབ་མེད་པའི་བདེ་བ་ལ།

བསམ་པ་ཐག་པས་མཐོ་ན་གཉེར་ནས།

འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་བསྐྱབ་བྱས་ན།

བདེ་འགྲོར་རྒྱུར་འགྲོ་འགྱུར་རེ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞུང་ས།

ཞེས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་བསྐྱེད་པའི་ནུབ་སྒྲིབ་གྱིས་དབྱལ་བ་སོགས་སྐྱེ་
བར་འགྱུར་བའི་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་མཆིས་ན། དེ་ལྟ་བུལ་མི་འཇིགས་སམ།

༥ མི་འཇིགས་ལགས། ཞེས་བརྗོད། མི་འཇིགས་པ་དེ་ཡང་རྒྱུ་འབྲས་
ཁྱད་དུ་བསང་བས་དན་སོང་ལ་མི་འཇིགས་པ་ལྟ་བུལ་ཡིན་གྱི། དན་སོང་དེ་དག་ཏུ་
ལྟ་བུ་དགོས་པའི་རྒྱ་བསྐྱབ་པ་མ་ཉམས་པར་བྱེད་ཀྱང་པའི་སྡིང་སྡིང་བས་དགོས་པ་
ལགས། ཡང་དེ་ཉིད་མ་ཉམས་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བསྐྱབ་བྱུང་ལུ་ལ་བཞིན་
སྒྲིབ་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཟད་མི་ཤེས་པའི་གཏིར་དང་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་
འབྱུང་གནས་སྐྱེ་བའ་དང་། སྒྲ་ཐོང་པ་རྩོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་དམ་
པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བས་ན། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཁྱད་པར་དེ་ལྟ་བུ་ཐོབ་པར་ཀྱང་པའི་
བསྐྱབ་པ་ལ་སྒྲིབ་པར་སྒྲིའམ། ཞེས་པའི་ལན་དུ། སྒྲིལ་གས།

༥ གཉིས་པ་ཤེས་རབ་ལ་བརྟག་པ་ནི། ཆོ་དང་ལྷན་པ་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་
བ་ཁྱེད་ནམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྡིང་སྡིང་གི་མ་མོ་དག་ལེགས་པར་ཐོས་སམ།
ཞེས་ཀྱིས་ལ། ཅུང་ཟད་ཐོས་ལགས། ཞེས་དང་། སྡིང་སྡིང་དེ་དག་གི་དོན་གྱི་ཆུལ་ཟབ་
མོ་ནམས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཤེས་སམ། ཅུང་ཟད་ཤེས་ལགས། དེ་དག་གི་གནས་ལ་
དད་དམ། ཤིན་ཏུ་དད་ལགས། དེ་དག་གི་བསྐྱེད་བྱ་ནམས་བསྐྱེད་བར་ཀྱང་པའི་
ཀྱང་པའི་ལགས། ཞེས་ཀྱི་བདད་ལན་བྱུང་།

༥ གསུམ་པ་འདུན་པ་ལ་བརྟག་པ་ནི། འགྲོ་བ་གང་དག་གཅིག་གལ་
 འགའ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མཆོག་དམན་འབྲིང་དང་ནམ་མཁམས་གར་བྱུང་ཐམས་ཅད་
 བྱང་ཚུབ་ལ་འགོད་པའི་འདུན་པ་དང་ལྡན་དགོས་སྟེ། རིགས་ཀྱི་གྲུ་ནམས་འདི་
 ལྟ་སྟེ། བྱིད་ཀྱིས་བྲུ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་བསྒྲུབས་ནས། མེམས་ཅན་
 མ་ཆལ་བ་ནམས་བསྒྲུབ་བ་དང་། མ་གྲོལ་བ་ནམས་དགྲོལ་བ་དང་། དབུགས་
 མ་སྟོན་པ་ནམས་དབུགས་དབྱུང་དང་། ཡོངས་སུ་བྱ་དན་ལས་མ་འདས་པ་ནམས་
 བྱ་དན་ལས་བསྐྱུ་བ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་གདུང་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་བྱ་བའི་འདུན་པ་
 དང་ལྡན་པ་ཡིན་ནམ། ཞེས་འདི་ཞིང་། དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྡན་པ་ལགས་སོ། །ཞེས་ལན་
 གདམ་ཅིང་། དེ་ལ་བྱིད་ཀྱིས་མེམས་བསྐྱེད་པ་བརྟན་པ་དང་། ཡི་དམ་བརྟན་པར་བྱ་
 དགོས་སོ། །གཞན་ཡང་རིགས་ཀྱི་གྲུ་བྱིད་ཅག་གིས་མེམས་བསྐྱེད་པ་འདི་གཞན་ལ་
 འབྲུག་པའི་ཆེད་དུ་མ་ཡིན་ནམ། གཞན་དག་གིས་ནན་གྱིས་ལེན་དུ་བརྟུག་པ་མ་
 ཡིན་ནམ། ཞེས་འདི་ཞིང་། མ་ཡིན་ལགས། ཞེས་ལན་གདམ་ཏུ་གཞུག་གོ།

༥ གསུམ་པ་ལྟར་དུ་སྟོན་པར་བསྒྲུལ་ཞིང་གསོལ་བ་གདམ་པ་ནི། དེ་ནས་
 ཡང་ཕྱོགས་བརྒྱའི་སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་ཚུབ་མེམས་དཔལ་ནམས་ཀྱི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་
 དྲན་པའི་དད་གུས་དང་། བདག་སྟོབ་དཔོན་ལ་ཡང་བཀའ་འདི་ནི་བྱི་སྟོན་ནས་སངས་
 རྒྱལ་དངོས་སུ་ཤེས་པའི་དག་སྣང་དང་བཅས་པས། སྣང་སྤིང་སྤྱོད་བརྟུང་གྱི་དངོས་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

པོ་བདག་ལུས་ཡོངས་སྤྱོད་མཐའ་དག་མཆོད་པའི་མཇུལ་དུ་འབྱུལ་བའི་འདུན་པ་ཅེ་
གཅིག་པས་རྗེས་སྒྲོས་མཛད་པར་ལུ།

༥ དངོས་སུ་བཤམ་དང་ཡིད་ཀྱིས་སྤྱུལ།

བདག་པོས་ཡོངས་སུ་མ་བཟུང་དང་།

སྤྱོད་མེད་པའི་མཆོད་པའི་ཆོག་ས།

མ་ལུས་སྒོ་ཡིས་སྤངས་ཏེ་འབྱུལ།

བདག་གི་ལུས་དང་ཡོངས་སྤྱོད་དང་།

དུས་གསུམ་དག་གི་དངོས་པོ་ཀྱུར།

མ་ལུས་དཀོན་མཆོག་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྱུལ།

འགྲོ་བའི་སྐྱབས་སུ་འཛད་ཆུ་ཤོག།

༥ དེ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་དང་བཅས་ཆེར་
འཕེལ་གྱིང་དཀོན་མཆོག་ལ་མི་ཐུང་པའི་དད་པ་བསྐྱེད་དེ་ཐལ་མོ་སྤྱོད་པས་རྗེས་སྒྲོས་
འདི་བཞིན་མཛོད། སྤྱོད་དཔོན་དགོངས་སུ་གསོལ། སྤྱོད་དཔོན་བྱིས་བྱང་
ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཆུལ་བྱིས་སུ་སྤྱོད་པ་ཡང་དག་པར་སྤང་བ་བདག་ལ་ལྷུར་དུ་སྤྱུལ་
དུ་གསོལ། ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་ཏུ་གཞུག་གོ།

༥ བཞི་པ་བར་ཆད་དེ་བཞི། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་བྱང་ཆུབ་འཇུག་པའི་སེམས་
བསྐྱེད་ཟབ་མོ་ཡང་དག་པར་ལེན་པ་པོ་འཕྲོག་མར་སྤྱོད་པ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་ལེགས་

པར་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་དགོས་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་ཅག་སྒྲོལ་
 སེམས་ཡང་དག་པར་བསྐྱེད་ལ་མ་ཉམས་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན་ནམ།
 ཞེས་དེ་ཞིང་སྒྲོལ་མས། ཡིན་ལགས། ཞེས་བྱ། ལམ་ལ་མ་ཉམ་སེམས་ཅན་ལ་འགོད་ཕྱིར་
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་སྒྲོལ་ལམ་རྒྱབ་ས་པོ་ཆེ་བཟའ་པ་ཞིག་
 དགོས་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་སྐྱེད་པར་བྱ་སྒྲོལ་ལམ་ལགས་པར་བཟའ་བམ།
 ཞེས་དེས་པའི་ལན་དུ། དེ་ལྟར་བཟའ་ལགས་སོ། །ཞེས་བྱའོ།

ལྷ་པ་བསྐྱབ་པའི་གནས་གོ་བར་བྱས་ནས་སྒྲོལ་དེ་ཞིང་སྒྲོལ་པ་སྒྲོལ་པ་ནི།
 རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་མས། དཔེ་ཡོན་ཏན་མི་ཟད་པ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྒྲོལ་མ་མཆིས་པའི་
 བསོད་ནམས་ཀྱི་གཏེར། སངས་རྒྱུ་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་རང་གི་རྒྱུད་ལ་གཞགས་
 མེད་དུ་སྒྲེབ་པར་བྱེད་པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོལ་པ་ལྟར་དུ་ཐོབ་པར་འགྱུར་གྱི།
 དེའི་སྤྲིང་པོ་ནི། སྒྲོག་སྐྱུ་མ་གྱི་མི་དག་བ་མཐའ་དག་སྒྲོང་བའི་སེམས་ནི་ཉེས་སྒྲོང་
 སྒྲོལ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་པ་པོ་ལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་སོགས་པ་རྒྱལ་བ་སྐྱུ་པ་བཅས་ཀྱི་ནམ་
 ཐར་ལ་སྒྲོལ་ཅིང་སྐྱབ་པ་ནི་དག་བཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས། རང་ཉིད་ཞི་བདེ་སྐྱབ་
 པ་མ་ཡིན་པར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དལ་བ་མེད་པར་ཅི་ལུས་ཀྱི་སྒྲོང་པ་ནི་
 སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ཁྲིམས་ཏེ། ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་པ་གསུམ་པོ་འདི་ལ་བྱང་
 ཚུབ་སེམས་དཔའ་བསྐྱབ་པའི་གནས་མཐའ་དག་འདུ་ཞིང་རྫོགས་པ་ཡིན་བྱིར།
 རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱེད་མས། བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞིར་གྱུར་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱུད་འབོག་སུ་མཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

པའི་ཚུལ་བྱིས་མ་དེ་དག་བདག་ལས་ལེན་པར་འདོད་དམ། ཞེས་ཅི་ཞིང་། ཤིན་ཏུ་ལེན་
པར་འཚལ་ལག་ས། ཞེས་སྒྲོབ་མས་བརྗོད་དོ།

༥ དེ་ནས་འཇུག་སྒྲོལ་དངོས་འབོག་ས་ཕྱིར་གོ་དོན་སྤྲད་དེ། དེ་ནས་རིག་ས་ཀྱི་བུ་ཚོ་དང་
ལྟན་པ་རྣམས་མ་ཡིངས་པར་དགོངས་འཚལ། འདི་ལྟར་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚོས་ཐམས་
ཅད་དོན་དམ་པར་ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་ལ་སོགས་ཀྱི་དམིགས་མཚན་གང་ཡང་མ་སྟུབ་
པར་སྒྲོས་པའི་མཐའ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། ཀྱུན་རྫོབ་ཏུ་འགག་མེད་ཀྱི་སྣང་
བ་སྣོམ་གསུམ་པར་ཤར་གིང་ཇི་ལྟར་སྣང་ཡང་དོན་ལ་མི་གནས་པ་མི་ལམ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་སྟེ།
ཉིང་འཛིན་རྒྱུལ་པའི་མདོར།

སྒྱུ་མ་བྱེད་པ་དག་གིས་གཟུགས་སྒྱུལ་ཏེ།

རྟ་དང་སྤང་པོ་ཤིང་རྟ་སྣོམ་གསུམ།

དེ་ལ་ཇི་བཞིན་བདེན་པ་གང་ཡང་མེད།

ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དེ་བཞིན་ཤེས་པར་གྱིས།

ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ནའང་། སེམས་ཅན་ཀྱུན་གྱིས་དེ་ལྟར་མ་
ཤེས་པས་མི་བདེན་པ་ལ་བདེན་པར་བརྩུང་བ་ཀྱུན་རྫོབ་རྟུན་སྣང་ལ་ཨ་འཐས་ཀྱི་ཞེན་
ལ་བྱུལ་འབའ་ཞིག་གོ་མས་པ་ཆེས་པས་འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་གཏན་འབྲུམས་སུ་
གནས་པའི་དྲིན་ཅན་པ་མའི་ཚོགས་འདི་རྣམས་གཏན་བདེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་
འགོད་ཕྱིར་དང་། དེ་ལྟར་འགོད་པའི་རུས་པ་ནི་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཉིད་ལས་

གཞན་ལ་མ་མཆིས་མོད་ཀྱི། སངས་རྒྱལ་དེ་ཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་དང་ཐབས་ནི་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིག་པོ་ཆེ་བསྐྱེད་ཅིང་དེའི་བསྐྱེད་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱོང་
དགོས་པས་ན། བྱིད་ཅག་ནམས་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་ཇི་སྟེད་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྦྱོང་
པོ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྲིམས་ནམ་པ་གསུམ་བྱང་ཁིང་
བསྐྱེད་བ་དང་། རྒྱལ་སྐལ་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོང་པ་ལ་དུས་འདི་ནས་འཇུག་པར་བྱའོ་
སྟེ་མ་པའི་བསམ་པ་གསལ་ཐོབ་ཅིག།

ཅུས་བརྗོད་ལ། སྐབས་འདིར་སྦོམ་དཔོན་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྦོམ་འཇུག་གི་ཉམས་ཉོག་ས་ཇི་ཙམ་ཡོད་
པ་གསལ་བཟབ་ཅིང་། དེ་དང་སྦོམ་མཐུན་པའི་ཉོག་ས་པ་སྒྲུལ་ལྟ་བུ་གཉིས་དབྱེར་མེད་དུ་མ་ཉམ་པར་བཞག་
པའི་དང་ནས་འདི་སྐད་བརྗོད་པས་སྦོམ་པ་བྱིབ་པར་བྱ་སྟེ།

༥ བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སྐལ་བ་བཟང་པོ་ཅན་རིགས་ཀྱི་
བུ་ཆེ་དང་ལྷན་པ་བྱིད་ནམས། བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱི་བ་ལས།
འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གཞིར་གྱུར་པ་གང་ཡིན་
པ་དང་། མ་བྱོན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་གཞིར་འགྱུར་བ་
གང་ཡིན་པ་དང་། རྩོགས་བཅུ་དག་ན་དེ་རྒྱུད་དང་བཞུགས་པའི་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་ནམས་ཀྱིས་ཇི་ལྟར་སྦོམ་པར་མཛད་པའི་བསྐྱེད་པའི་གཞི་གང་ཡིན་པ་
ནམས་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྲིམས་ཐམས་ཅད་དེ། སྦོམ་པའི་ཚུལ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་ལོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བརྒྱུད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

སྤྲིམས་དང་། དག་བའི་ཆོས་སྤྱད་པ་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་
སྤྲིམས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྐྱབ་པའི་གཞི་དག་ཐམས་ཅད་
བདག་ལས་ཐོབ་པར་འདོད་དམ། ཞེས་པ་དང་། སྤྱོད་མས་ཀྱང་། ཤིན་རྒྱུ་འདོད་ལགས།
ཞེས་དང་། ཚུལ་བཞིན་དུ་འདོད་དམ། ཞེས་པའི་ལན་དུ། ཚུལ་བཞིན་དུ་འདོད་པར་བགྱི་
ལགས་སོ། ། ཞེས་སྤྱོད་མས་ལས་བྱངས་བར་བྱལ། །ཡང་། བོད་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
སེམས་གསལ་ཐོབ་ལ་ཡིད་གཞན་དུ་མ་ཡོངས་ཤིག ། ཅེས་བརྗོད་ནས།

༥ རིགས་ཀྱི་བྱ་རྣམས། བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་
བྱ་བ་ལས། འདས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ། ཞེས་སོགས་ནས། ཐོབ་པར་
འདོད་དམ། ཞེས་སོགས་དང་། ཚུལ་བཞིན་དུ་འདོད་པར་བགྱི་ལགས་སོ། ། ཞེས་པའི་
བར་དུ་ལན་གཉིས་པ་དང་། ལན་གསུམ་པའི་བརྗོད་པ་རྗོད་པའི་ཆོ་བྱང་སྤྲམ་ཡོངས་རྗོགས་ཐོབ་པར་
དཔོན་སྤྱོད་གཉིས་ཀས་ངས་ཤེས་བྱལ།

དེ་ཆོ་སྤྲམས་མེ་རྟོག་འཕྲོར་ཞིང་།

བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་རིན་པོ་ཆེ།

མ་རྒྱེས་པ་རྣམས་རྒྱེས་སྤྱུར་ཅིག།

རྒྱེས་པ་ཉམས་པ་མེད་པར་ཡང་།

བོད་ནས་བོད་དུ་འཕེལ་བར་ཤོག།

ཅེས་སྤོབ་ལམ་ཡང་བྱལ།

༥ རྒྱལ་གྱི་ཆོག་ལ་ཡང་ཡོད་དེ། རྒྱུན་པར་གསོལ་བ། སྒྲོལ་ལོན་བརྒྱུད་པ། གསང་བར་གདམས་པ། བསྐྱབ་བྱུང་སྒྲུབ་པ། གཏང་རྒྱལ་འབྲུལ་བ་དང་ལྡན། དང་པོ་རྒྱུན་པར་གསོལ་བ་ནི། སློབ་མཁན་མས་ཐུག་སྐྱེ་ཆོག་ལྟར་འདུག་ཅིང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཤར་ནས་བཟུང་སྟེ་ཕྱོགས་བརྩུར་རིམ་པ་བཞིན་ དུག་གསུམ་བྱུང་དང་། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁོང་ཁྲམས་ན་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱུས་དང་བྱུང་ རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ལ་གྲུས་བཞེན་པོས་དུག་འཆོལ་ལོ།

ཞེས་སོགས་ཕྱོགས་མཆོམས་ཀྱུན་ལ་འགྲེལ་ཞིང་། སྟོང་ལོག་གཉིས་ཀྱི་དུག་ཤར་བྱུང་གཉིས་ ལ་བྱུང་ཡིན་ལ། གཤམ་ཏེ་གནས་ཁང་ཁྱེད་དོག་ཅིང་སློབ་མའི་ཆོག་སངས་ལ་ལྟ་བུས་དེ་ལྟར་མ་བཤེན་ནི་ རྟོན་མཆོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་འཆོལ་བ་ཡང་རུང་སྟེ། ཕྱོགས་དེ་དང་དེར་མོས་བ་བྱུ་ཁོང་ཆོག་ཐད་དང་བརྒྱུད་ བསམ་འཆོལ་བར་བྱལ། །དེ་ནས་སྐར་བདུག་སློབ་མཆོག་རྒྱ་བཟང་བ་དང་བཅས་ཏེ། སློབ་དཔོན་གྱི་ སྟོམ་པར་མེ་རྟོག་ཐོགས་ལ་ཐུག་སྐྱེ་ཆོག་ལྟར་འདུག་ཀྱི་ཤར་ཕྱོགས་སམ་རྟོན་མཆོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བརྟུས་ བསམ་འདི་སྒྲུབ་བརྒྱུད་པར་བྱལ།

༦ དེ་དཔེར། བྱུང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་མེད་ཀྱི་སློབ་མའི་མིང་བརྒྱུད་ཅིང་། སློབ་མ་ མང་ན་དེ་དག་གི་གཙོ་བོའི་མིང་བརྒྱུད། མིང་འདི་ཞེས་བྱུང་བ་ལ་སོགས་པས། བདག་བྱུང་ རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་མིང་སློབ་དཔོན་རེ་ཉིད་ཀྱི། འདི་ཞེས་བྱུང་བ་ལས་བྱུང་རྒྱུ་བ་སེམས་ དཔལ་མེད་ཀྱི་སློབ་པ་ཡང་དག་པར་བྱུང་བ་ལ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་ལེགས་ པར་མཐོ་སྐྱོད་པ་ལགས། བྱུང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་མིང་འདི་ཞེས་བཞི་བ་འདིས་བྱུང་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོག་སུ་མཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་གྱི་སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་པར་བྱུངས་པ་ལ་བདག་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་མིང་འདི་ཞེས་བསྒྲིབ་དཔལ་དུ་གྱུར་པར། འཕགས་པའི་མཆོག་སྒྲོག་
དུ་གྱུར་ཀྱང་། རྩོགས་བཅུའི་འཛིན་ཏེན་གྱི་ཁམས་མཐས་གཏུགས་པའི་ཚོས་ཐམས་
ཅད་སྒྲོག་དུ་མ་གྱུར་པའི་ཐུགས་མངའ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མཐུན་པར་གསོལ་ལོ།

ཞེས་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྗོད་པའི་མཐར་སྐྱོབ་དཔོན་གཉིས་ཀ་ས་ཕྱག་བྱ་ཞིང་། དུས་མོ་
ས་ལ་བཅུགས་པའི་དུས་སུ་རྩོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཁབས་ལ་སྦྱི་བོས་
གཏུགས་པར་མོས་ཤིང་། ལངས་པའི་དུས་སུ་བདག་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ནས་ལྡང་བར་
བསམ་ལ་ཐལ་མོ་སྦྱི་བོར་སྐྱར་བར་བྱའོ།

༥ གཉིས་པ་ཕན་པའི་ཕྱོག་བརྒྱུད་པ་ནི། དཔོན་སྐོབ་གཉིས་ཀ་ལངས་ཏེ་སྒྲོག་སྒྲིམ་པ་གཅིག་ཏུ་
གཟར་ནས་སྐོབ་མཐལ་སྐྱར་དང་སྐོབ་དཔོན་ཚོས་འཆད་ཀྱི་ཕྱག་རྒྱ་སའི་ལྟར་བརྗོད་དེ།

༥ བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་བྱིད་ནམས་ཉོན་ཅིག །
འདི་ནི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་ཏེ། གང་གི་ཆོ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་ཡང་དག་པར་
ལེན་པའི་ལས་བརྗོད་པ་རྗོད་པ་དེའི་ཆོ། རྩོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཞིང་ཐམས་
ཅད་དུ་སངས་རྒྱུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནམས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ལྟས་འབྱུང་བར་
འགྱུར་ཏེ། ས་གཡོ་བར་འགྱུར། ལྟ་འདྲི་བོ་ཆེ་གྲག་པར་འགྱུར། མེ་རྒྱུ་གི་ཆར་
འབབ་པར་འགྱུར་ཏེ་སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་དག་གིས། འདི་ལྟར་

སངས་རྒྱལ་གྱི་ཁིང་.....མི་མཛད་ཀྱི་ཁིང་ལ་སོགས་ཀྱི་མིང་། ག་གོ་མོ་ཁིག་ན་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་
དཔའི་མིང་འདི་.....སྒྲོབ་དཔོན། ཞེས་བྱ་བ་ལས་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་.....སྒྲོབ་མ།
འདི་དང་འདི་ཞེས་བཅུ་བ་དག་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་སྒྲོམ་པ་ཡང་
དག་པར་མཐོ་སོ་སོ་ཞེས་ཡང་དག་པར་མཐུན་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལ་སངས་རྒྱལ་
བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་དག་དང་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དེ་དག་གི་ཚོས་ཀྱི་བརྩེ་
བས་བྱ་དང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དགོངས་པར་མཛད་ལ། དེ་ལྟར་དགོངས་པར་མཛད་པས་བྱང་
རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་འོ་སྒྲོམ་རྣམས་ཀྱི་བཅོམ་རྣམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་རབ་རྒྱུ་འབྲེལ་
བར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བཅོམ་རྣམས་དཔོན་སྒྲོབ་གཉིས་ཀ་འདུག་གོ།

༥ གསུམ་པ་གསང་བར་གདམས་པ་ནི། འདི་དགོས་པ་ནི་འཕགས་ལུའ་སོགས་སུ་ཐེག་
དམན་གྱི་སྒྲུབ་མཐའ་འཛིན་པ་ཆེས་མང་བའི་ཐེག་ཆེན་བློར་མི་ཤོད་ཁིང་སྒྲོད་པ་རྣམས་ལ་དགོངས་ཀྱི། བོད་ལུའ་
མཐའ་འབོབ་ཀྱི་མི་ལའ་མོ་ཆེ་ནི་འཕགས་པ་སྒྲུབ་རས་གཟིགས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་དེ་མཐུས་ཐེག་ཆེན་ལ་མོས་པ་ཤས་
ཆེ་ཡང་འགའ་ཞིག་རང་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོབ་ཅན་སྤྲིད་པ་ན། དེ་དེ་ཕྱིར་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འདི་ལྟར་གདམས་ཏེ།

༦ བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའ་མིང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ཁྲིང་རྣམས་ཉོན་ཅིག །
བྱང་རྒྱུབ་སེམས་དཔའི་སྒྲོམ་པ་ཡང་དག་པར་བྲངས་པ་འདི་དང་པ་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་
མདུན་དུ་སྒྲུབ་པར་མི་བྱ་སྟེ། གང་གི་ཕྱིར་དང་པ་མེད་པ་རྣམས་ལ་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་
དཔའི་སྒྲོམ་པ་རབ་རྒྱུ་བསྟན་པ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་དེ་དག་གིས་བྱང་རྒྱུབ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོག་སུ་མཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་ལ་མ་དད་པས་སྒྲོང་བར་བྱེད་དེ། དེ་ཡང་ཇི་སྟོང་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའི་སྒྲིམ་པ་ལ་གནས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྤང་བོ་དང་ལྷན་པར་སྒྱུར་པ་དེ
སྟོང་གི་བསོད་ནམས་མ་ཡིན་པའི་སྤང་བོ་དད་པ་མེད་པ་དེ་ལ་ལྷན་པར་འགྱུར་ན། །
གང་གི་སྤྱིར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་ཅན་སྤྲུག་བསྐྱེད་པ་ལས་ཡོངས་སུ་བསྐྱུང་
བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་སྤྲུག་པ་ལས་ཕྱོག་པར་བྱ་སྟེ། དེའི་སྤྱིར་མཆོག་ཏུ་དག་པའི་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསང་བར་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་བརྗོད་དོ།

༥ བཞི་པ་བསྐྱབ་བྱ་བསྟན་པའི་རིམ་པ་ནི། རྒྱུ་ཆེན་སྤྱོད་རྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་འདི་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའི་སེམས་གསུངས་པ་བཞིན་བཤད་དེ།

༥ རིགས་ཀྱི་བྱ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བྱིད་ནམས་ཀྱིས་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་སྒྲིམ་པ་ལེགས་པར་ཐོབ་པ་དེ་མ་ཉམས་པར་བསྐྱུང་བར་བྱ་བའི་
སྤྱིར་དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་། ཡོན་ཏན་གོང་དུ་སྒྲེལ་བར་བྱ་བའི་སྤྱིར་སྐྱབ་པའི་
བསྐྱབ་བྱ་དང་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ལ། ཡམ་པ་དང་འདྲ་བའི་ཆོས་བཞི་དང་།
ཉེས་བྱས་བཞི་བརྩ་ཅུ་བཞི་ནམས་སྒྲོང་དགོས་པས། སྤང་བྱའི་ཅུ་བ་བཞི་ནི།
ཉིད་བཀྱར་གདོད་ནས་རང་གི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་ཅིང་། གཞན་ལ་སྐྱུར་འདེབས་བྱེད་
པ་དང་། ¹ སྤྲུག་བསྐྱེད་ཁོང་མགོན་མེད་པའི་སེམས་ཅན་སྐྱེད་པར་བུས་བཞིན་མི་སྐྱེད་
པའམ། མེད་སྤྲུལ་ཤོར་དང་ཆོས་སོགས་སྤྱིན་འོས་མི་སྤྱིན་པ་དང་། ² གཞན་གྱིས་

ཉེས་པ་བྱས་པ་ལ་འགྱུར་པ་སྐབས་ཀྱི་དཔེ་ཉིད་མི་ཉམ་པར་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་ཀྱིང་
བ་དང་། ༣ ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཀྱིང་དཔེ་པའི་ཚེས་འདྲར་སྒྲུབ་དང་ཐོག་ཚེས་ཀྱིས་
གཞན་སྒྲུབ་པར་བྱེད་པ་དང་བཞི་སྟེ། ༤ འདི་དག་ཉམ་མོངས་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་
ན་བྱུང་སྟེ་མ་ཅད་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་པ་
ན་བྱུང་སྟེ་མ་ཅད་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་པ་
ན་བྱུང་སྟེ་མ་ཅད་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་པ་

༥ ཡན་ལག་གི་ཉེས་བྱས་པའི་བཅུ་ཅད་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཀྱི་
དོན་དངོས་གཞི་པའི་ཆེད་གོང་མ་འདྲིར་འདྲུ་ཡང་ནམ་གངས་ཅམ་དུ་བྱུང་པ་ལས་
གསུངས་པ་ནི།

རྒྱུ་དང་།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསུམ་མི་མཆོད།

འདོད་པའི་སེམས་ཀྱི་རྩེ་སྒྲུབ་འདྲུག།

གན་པ་ནམས་ལ་གསུམ་མི་བྱེད།

རྩེ་པ་ལ་ཉི་ལན་མི་འདེབས།

མཐོན་པོར་བདག་གི་མི་བྱེད་ཅིང་།

གསེར་ལ་སོགས་པ་ལོན་མི་བྱེད།

ཚེས་འདོད་པ་ལ་སྒྲིབ་མི་བྱེད།

ཚུལ་བྱིས་མཁའ་ལ་ནམས་ལ་ལ་བར་འདོད།

ཕ་རོལ་དད་ཕྱིར་སྒྲོབ་མི་བྱེད།

སེམས་ཅན་དོན་ལ་བྱ་བ་ཆུང་།

སྒྲིང་བཅུར་བཅས་ན་མི་དག་མེད།

འཚོ་བ་ལོག་པ་དང་དུ་ལེན།

འཕྱར་ནས་རབ་རྒྱུ་མེད་ལ་སོགས།

འཁོར་བ་གཅིག་སྤུ་བསྐྱོད་པར་སེམས།

གྲགས་པ་མ་ཡིན་མི་སྒྲོང་བ།

ཉོན་མོངས་བཅས་ཀྱང་ཚོས་མི་བྱེད།

ག་ཤེལ་ལན་དུ་ག་ཤེལ་སོགས།

ཁྲིམ་པ་ནམས་ནི་ཡལ་བར་འཛོམ།

ཕ་རོལ་ཤད་ཀྱིས་འཆགས་པ་སྒྲོང་།

ཁྲོ་བའི་སེམས་ཀྱི་རྩེས་སྤུ་འཇུག།

བསྟེན་བཀྱར་འདོད་ཕྱིར་འཁོར་ནམས་སྤྱད།

ལ་ལོལ་སོགས་སེལ་མི་བྱེད།

ཆགས་པས་བྲེ་མེདི་གཏམ་ལ་བརྟེན།

ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་དོན་མི་ཚོལ།

བསམ་གཏུག་སྒྲིབ་པ་སྤྲོད་མི་བྱེད།

བསམ་གཏུག་རྩོམ་ཡིན་ཏེ་ལྟོ།

ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་སྤྲོད་བར་བྱེད།

རང་ཚུལ་ཡོད་བཞིན་དེལ་བཙོན།

བཙོན་མིན་སྤྱི་རྩོམ་བསྒྲུབ་བཅས་བཙོན།

བཙོན་བར་བྱས་ཀྱང་དེལ་དགལ།

ཐེག་བཞེད་པོ་སྤྲོད་བར་བྱེད།

བདག་ལ་སྤྲོད་ཅིང་གཞན་ལ་སྤྲོད།

ཚོས་ཀྱི་དོན་དུ་འགྲོ་མི་བྱེད།

དེལ་སྤྲོད་ཅིང་ཡི་གེ་བཞེད།

དགོས་པའི་གྲོགས་སྤྱི་འགྲོ་མི་བྱེད།

ནད་པའི་རིམ་གྲོ་བྱ་བ་སྤྲོད།

སྤྱི་བསྐྱེད་མེལ་བར་མི་བྱེད་པ།

བག་མེད་ནམས་ལ་རིགས་མི་སྤྲོད།

བྱམས་ལ་ལན་དུ་ཕན་མི་འདོགས།

གཞན་གྱི་ལྷ་དན་བསལ་མི་བྱེད།

ཁོར་འདོད་པ་ལ་སྦྱོར་མི་བྱེད།།

ལ་ཁོར་ནམས་ཀྱི་ནི་དོན་མི་བྱེད།།

གཞན་གྱི་སྒོ་དང་མཐུན་མི་འཇུག།

ཡོན་ཏན་བསྐྱབས་པ་སྦྱོར་མི་བྱེད།།

རྒྱུན་དུ་འཆམ་པར་ཆར་མི་གཅོད།།

རྩུ་འཕྱུལ་སྤྲིག་ལ་སོགས་མི་བྱེད།།

སྤྱིང་རྩེར་ལྟན་ཁིང་བྱམས་སྤྱིར་དང།།

སེམས་དགོ་བལ་ཉེས་པ་མེད།།

ཅེས་གསུངས་པ་འདི་དག་ནི་སོ་ཐར་ལ་དགོས་པའི་ཉེས་བྱས་ཀྱི་སྡེ་ཆོན་ལྟ་
བྱུང་དང་། འགའ་ཞིག་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་རུས་པ་ཅན་ཅུང་ཟད་ལྟན་ཁིང་རྒྱུད་
ཆོད་མཐོ་བའི་རིགས་ལ་དགོངས་པ་དག་ཀྱང་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་དགག་པའི་བསྐྱབས་
བྱ་ནམས་ཀྱི་དྲི་མས་མ་གོས་པར་བྱའོ།།

༥ གཉིས་པ་སྦྱབ་པའི་བསྐྱབས་བྱ་ནི། སྤྱིར་ཕ་མོལ་ཏུ་བྱིན་པ་དུག་ལ་
སྦྱོར་ཅིང་། བྱུང་བར་དུ་ཆུལ་བེད་མས་ནམས་ནམས་པ་གསུམ་ལ་འབད་པ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དཔལ་བསྐྱབས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་པོ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡང་མི་དགོ་བ་བཅུ་དང་མཆོམས་
མེད་པ་ལྟ་ལ་སོགས་པ་རང་བཞིན་གྱི་མི་དགོ་བ་ནམས་དང་། དེའི་སྤྱིང་དུ་རང་ཉིད་

ཐེག་ཆེན་གི་དཀྱིལ་ལ་མཆོད་པའི་བྱ་ཆུབ་སེམས་བརྒྱུད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

དུས་ཡིན་ཆོ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱལ་ཁྲིམས་གཙོ་ཆེ་བར་སྤྱོད་པའི་དུས་ཡིན་པར་
གསུངས་གིང། མདོར་བསྡུ་ན། དུས་དན་པ་བརྒྱུད་སྟེ་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་གྱི་མི་
དགོ་བའི་རིགས་སུ་སྤྱར་ཆད་ཅི་ལུས་ཀྱིས་སྤོང་བ་དང། རྣམ་དཀར་དགོ་བའི་རིགས་
སྤྱར་པ་ཁིང་པ་བརྒྱུད་ཆད་ཅི་ལུས་ཅི་སྟེ་གསུམ་གྱིས་སྤྱོད་པ་དང། གང་དང་གང་སྤྱོད་
པ་དེ་ཐམས་ཅད་འཛིན་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་དམ་ཉན་རང་གི་བདེའི་བསམ་པ་དང་མ་འདྲེས་
པར་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་རྗེ་གསུམ་བྱུང་ལ་འགོད་སྤྱིར་གྱི་བྱ་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མི་
འབྲལ་བ་ཉིད་འདྲིའི་ཉམས་ལེན་གྱི་ཅུ་བ་དང་ཡང་སྤྱིར་ཡིན་པས་ལག་ལེན་དུ་ཐེབས་
པར་བྱས་ན། དེ་རིང་པོ་ཆད་ནས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་སྤྱད་པོ་ནམ་མཁའ་
དང་མཉམ་པ་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་འཕེལ་བ་ལགས་ཏེ། འདི་རྟེན་སྟེ། དཔེར་ན་ལྷ་གསུམ་
ཀྱི་སྤྱད་པོ་ཇི་ཙམ་པ་ཡང་གསེར་འགྱུར་གྱི་ཕྱི་ལོས་རིག་མ་ཐག་ཐམས་ཅད་གསེར་གྱི་
དངོས་པོ་འབབ་ཁྲིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ་དེ་ལས་ནམ་ཡང་འགྱུར་བ་ཉམས་པ་དང་ལྷོག་པའི་
སྐབས་མི་སྤྱིད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། བྱ་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱི་ལོས་ཟིན་པའི་བྱ་བྱེད་
མཐའ་དག་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུ་ཁོན་ལས་གཞན་དུ་སྤྱིད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།

དེ་ལྟར་ཡང་སྤྱོད་འཇུག་ལས།

གང་ནས་བརྒྱུད་སྟེ་སེམས་ཅན་ཁམས་༥

མཐའ་ཡས་རབ་ཏུ་བསྐྱལ་བའི་ཕྱིར༥

མི་ལྷོག་པ་ཡི་སེམས་ཀྱིས་ནི༥

སེམས་དེ་ཡང་དག་སྤངས་སྤྱིར་པ༥

དེད་ནས་བཟུང་སྟེ་གཉིད་ཡོག་གི།
བག་མེད་སྒྱུར་ཀྱང་བསོད་ནམས་ལུང་།
སྒྱུ་ལི་ཆད་པ་དུ་མ་ཞིག།
ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་རབ་རྒྱུ་ལྟར།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་བྱིས་ས་དང་ལྡན་པ་དེ
ཁམས་གསུམ་ཀུན་གྱིས་བཀྱར་བའི་ཞིང་མཆོག་དམ་པར་སྒྱུར་བ་སྟེ།

སྤེད་མེད་ཀྱི་བྱས་ཀྱས་པའི་མདོ་ལས། ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་ལུང་པོ་ལ་གནས་
པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ལྟ་ནམས་ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་བྱས་པ་ཡིན། ལྟ་ནམས་
ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན། གཞོད་སྒྱུ་ནམས་ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་བསྟོད་པ་ཡིན། སྤྱི་
ཐབས་ཅད་ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་མཆོད་པ་ཡིན། བྱམ་ཟེ་དང་རྒྱལ་རིགས་དང་ཆོད་དོན་དང་
བྱིས་བདག་ནམས་ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་གསོལ་བ་ཡིན། སངས་རྒྱུས་ནམས་ཀྱིས་རྟག་རྒྱུ་
དགོངས་པ་ཡིན། ལྟ་དང་བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱིས་རྟག་རྒྱུ་བཀྱར་བ་ཡིན།
ཚུལ་བྱིས་ཀྱི་པ་རོལ་རྒྱུ་བྱིན་པ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པས་འཆང་རྒྱུ་བ་ཡིན་འོ།

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། གནས་སྐབས་མདོན་པར་མཐོང་བ་དང་མཐར་ཐུག་
ངས་པར་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་འདི་ལས་འབྱུང་བར་ཤེས་པས་བྱང་ཆུབ་
ཀྱི་སྒྱུད་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱོས་ཤིག །ཡང་གལ་ཏེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཚུལ་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

བྱིས་མ་རིན་པོ་ཆེ་དེ་ལས་ཉམས་ན་སོ་ཐར་ཙམ་ཉམས་པ་དང་ཡང་མི་མཚུངས་ཏེ་
ཐོག་ས་བཅུ་འི་རྒྱལ་བ་སྐུ་བ་ཙམ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁེལ་ཞིང་། ལེགས་ལ་ཉམ་གྱི་
སེམས་ཅན་མཐའ་དག་བསྐྱུས་པར་གྱུར་བས། བསྐྱུས་པ་གངས་མེད་པར་དན་སོང་
དུ་མཁར་བར་འགྱུར་བ་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ལྷ་སྒྲུབ་པར་འགྱུར་བས་ན། ཅི་ནས་
ཀྱང་མ་ཉམས་པར་འབད་དགོས་ཏེ།

སྤྱོད་འཇུག་ལས།

སེམས་མཆོག་དེ་ལས་ཉམས་གྱུར་ན།

རྒྱལ་ཀྱན་མི་མཉེས་འགྲོ་ཀྱན་བསྐྱུས།

རང་གཞན་དོན་ཉམས་དན་འགྲོར་འགྲོ།

དེ་བས་འབད་དེ་སེམས་འདི་བསྐྱུང་།

ཞེས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱོད་སྤྱང་མ་ཐོར་བ་ལ་བརྩོན་དགོས་པ་ལགས།

༥ ལྷ་པ་གཏང་རག་འབྱུལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་བླ་ན་མེད་པའི་
བྱང་ཆུབ་ཀྱིས་བོན་ལེགས་པར་བསྐྱུན་ཏེ། མི་ལས་ལྟར་བསྐྱུར་། རྒྱལ་བུ་རྒྱལ་
སར་བ་ཀོད། དབྱུལ་པོ་ལ་རིན་སྒྲིབ། ལུགས་གསེར་དུ་བསྐྱུར་བ་ལྟ་བུས།
ཁ་སང་པན་ཆད་སོ་སོ་སྐྱེ་བོ་ལ་དེ་རིང་ཚུན་ཆད་ནས་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་གྲོངས་
ཀྱི་གྱུར་ནས། སྒོ་གསུམ་གྱི་མི་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ཟད་པར་བྱས། ལུང་མ་བརྟན་
གྱི་བྱ་བ་ནམས་དགོ་བར་བསྐྱུར། དགོ་བ་ཐམས་ཅད་བླ་ན་མེད་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་ཉི་

སྐྱུར་བསྐྱབས་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ལ་གོལ་འཕྱགས་མེད་པར་བརྟེན་པ་འདི་ནི་
དགོན་མཆོག་དང་སྤྱེལ་འཛིན་པ་འདི་ནི་ཁོ་ན་ཡིན་པ་ཤེས་པར་མཛོང་ལ། སྐྱུ་རྩོན་
གསོ་སྤྱིར་རང་གི་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་གཏན་འདུག་མཐའ་དག་འབྱུལ་བའི་མོས་པ་དང་
ལྡན་པས་རྗེས་སློབ་འདི་བཞིན་མཛད་འཆ་ལ།

༥ དེད་ནས་བྱང་ཆུབ་སྒྲིང་པའི་བར།

བདག་གི་ལུས་དང་ལོངས་སྤྱོད་དང་།

དུས་གསུམ་དག་བའི་དངོས་པོ་ནམས།

གྲས་པས་བྲིད་ལ་དབྱེལ་བར་བསྒྱི།

ཀུན་ནས་གཟིགས་པའི་སྤྱོད་ལྡན་པ།

ཡོན་གནས་དམ་པ་བྲིད་ནམས་ཀྱིས།

བདག་ལ་བརྩེ་བས་ཉེར་དགོངས་ནས།

བདག་གི་འདི་དག་བཞིས་སྤྱོད་གསོལ།

བྱང་ཆུབ་མེས་སྤྱོད་ལ་འབྱུལ་གྱིང་།

བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་ལ་གཞིལ་བ་དང་།

སངས་རྒྱལ་ནམས་ཀྱིས་ཡོངས་བརྩུང་སྟེ།

བདུད་ཀྱི་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་བར་ཤོག།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

བདག་གིས་བསོད་ནམས་ཅི་བསམས་པ།

ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་གྱུར་ནས།

རིང་པོར་མི་ཐེགས་འགྲོ་བ་ཀྱང་།

བྱང་ཆུབ་ཉིད་ལ་འགོད་བྱེད་ཤོག།

ཅེས་བརྗོད་དེ་ཡུག་བྱའིང་། སློབ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བཀའ་ཤིས་དང་
མདོ་ནས་འབྱུང་བའི་གང་ལ་ཐེར་སྒྲུལ་སོགས་ཀྱི་ཤིས་བརྗོད་ཀྱང་རྒྱས་པར་བྱའོ། །སློབ་འཇུག་གཉིས་
ཀྱི་སྒྲུབ་པའི་ཆོག་སྒྲུབ་པའོ།

༥ དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་ཚུལ་ལ། སྤྱིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་
གཉིས་དང་ཐབས་ཤེས་གྱིས་སྒྲུབ་ནས་ཐོན་དགོས་སྤྱིར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་འདིར་ཡང་ཀྱུན་རྒྱུ་བ་དོན་དམ་གྱི་
བྱང་སེམས་ཟུང་དུ་འབྱེལ་བ་དང་། རྒྱལ་གྱི་སྐབས་སུ་དེ་གཉིས་པོ་རྟོག་དང་བརྟོག་པ་བླ་བ་དེ་རྒྱུ་ལ་བརྟོག་
གྱི་ཚུལ་སོགས་འབྱུང་བ་ལ་ཆོས་ལུགས་ཐམས་ཅད་མཐུན་མོད་ཀྱང་། བྱང་སྒྲུབ་གྱི་སྐབས་འདིར་དོན་དམ་
སེམས་བསྐྱེད་ཆོག་མཐོང་མི་ཐོབ་ཀྱི་དགག་སྒྲུབ་མཛད་སྒོལ་བྱུང་མོད་ཀྱི། འདིར་ནི་དགག་སྒྲུབ་གྱི་ཆོག་
ཆོག་སྒྲུབ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པ་དང་། དོན་དམ་བྱང་སེམས་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་སྒྲོབ་སྒྱུ་བ་ལས། ཆོག་སྒྲུབ་
འདོགས་རུང་མི་རུང་གི་ཅོད་གཤིད་ལ་སྒྲུབ་བརྟན་སྒྲུབ་སྒྱུ་བ་ཞག་ཅིང་། ཆོག་རམིང་འདོགས་གང་
ལྟར་མཛད་རུང་སྒྲུབ་སྒྲོབ་སྒྱུ་བ་བྱུང་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་སྒྲོབ་དེ་སྒྲུབ་པར་བསྒྲོམ་རྒྱུ་གང་ཡིན་ཤེས་པར་ཡང་དགའ་ཞིང་།
རྒྱལ་གྱི་དབང་བཞི་པའི་ཐབས་གཞན་དང་མཚུངས་སྤྱིར། དེས་ན་འདི་སྐབས་ཀྱི་གཞུང་སྤངས་ཤིང་ཡུག་རྒྱུ་
མདོད་ཤི་དགོངས་པ་ཇི་ལྟར་པར་མཐོན་པོ་ལྟ་སྒྲུབ་ཞབས་གྱིས་ཁྱིམ་སྒྲུབ་སྒྱུ་མཛད་པ་བཞིན་བརྗོད་པར་བྱའིང་།

འདི་ལ་མེམས་བསྐྱེད་ལུ་བའི་གང་ཟེག་བཞེད་ལུ་གསའདི་ལ་མོས་པ་དང་སྒྲོར་ཤོད་བདག་ལ་འབོགས་པར་བྱའི།
 ལུགས་འདི་ལ་མི་མོས་པ་འདི་རིགས་ལ་ནི་དོག་ཀྱང་མི་སྐྱེ་ལ། སྒྲོབ་དཔོན་ལ་ཡང་སྒྲོད་དང་མི་མཐུན་པ་འི་གང་མས་
 པ་བསྟན་པ་འི་ཉེས་ལྟར་འབྱུང་བས་ན་སྒྲོད་དང་གཞན་སྐྱབས་ཤེས་དགོས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་བས་ན་འདི་ཉིད་ཀྱི་
 སྒྲོད་དང་སྐྱལ་བར་སྒྱུར་པ་དག་ལ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཏུ་མེམས་བསྐྱེད་པ་འི་ཐབས་ནི། མཚོན་པ་བཟང་པོ་
 གསལ་དུ་བཤམས་པ་འི་ཁ་གསོབ་གང་རིགས་དང་། སྤྲུལ་དང་དོན་མཚོན་གལ་གྱུས་ཕྱག་དགྲུ་ཕྱགས་
 མཉམ་དང་བཅས་པ་སྤུལ་ལ་ཐམ་མོ་སྒྱུར་ཏེ་གྲུས་པས་འཁོད་པ་ལ་སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་འདི་ལྟར་བཟོ་དེ།

༥ དེ་ལྟར་སྐྱལ་བ་ཟང་བྱེད་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་ཀྱུན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་མེམས་སྒྲོབ་
 པ་དང་འཇུག་པ་འདི་རིམ་པ་ལེགས་པར་བསྐྱུན་པས་རྫོགས་པ་འདི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྐྱལ་བ་
 ཅན་དུ་བསྐྱབས་ནས། དནི་དོན་དམ་པ་འདི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མེམས་རིན་པོ་ཆེ། ཐམས་
 ཅད་ཀྱི་མདོ་དོན་སངས་རྒྱུས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོང་པོ། དེས་དོན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་
 ཐུག་འདི་ཉིད་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ལ། རོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། རྣམ་པ་ལག་ཏུ་སྤང་
 བ་གཉིས་ཀྱི་དང་པོ་ངོ་བོ་ནི། རང་གི་མེམས་ཡེ་གདོད་མ་ནས་སྒྲོས་པ་འི་མཚན་མས་
 དབེན་ཁིང་སྐྱེ་འགག་གཞན་གསུམ་འགྲོ་འོང་གི་དངོས་པོ་འཇལ་ཡོད་མེད་ཉུག་ཆད་ཀྱི་
 མཐའ་དང་བལ་བ་འི་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་
 ཀྱི་མེམས་ཁེས་བྱུལ། ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པ་འི་སྟོང་པོ་ཁེས་ཀྱང་བྱུང་བ་དང་།
 ཀྱུན་གཤིབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་མེམས་སྤྱི་ཡང་བཟོད་པ་སྟེ། གཞན་ལུགས་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་
 འདུལ་མ་བྱས་པ་འདི་རང་ཉིད་དེ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

གསང་བ་འདུས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ལས།
དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ།
ལུང་པོ་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆོད་དང་།
གཞུང་དང་འཛིན་པ་ནམ་པར་སྤངས།
ཆོས་བདག་མེད་པས་མཉམ་ཉིད་པས།

རང་སེམས་གདོད་ནས་མ་སྐྱེས་པ།
སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་བཞིན་འོ།

ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ཡིན་ལ། འོན་ཏེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་ཡིན་ན་སེམས་
བསྐྱེད་མ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྟངས་ཇི་ལྟར་ག་ག་སྟམ་ན། སེམས་དེའི་དོ་བོལ་བ་སྐྱེད་རྒྱ་སྐྱེད་
མ་ཁབ་བསྐྱེད་བྱ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོས་མཆོན་མ་དམིགས་ཀྱང་། རང་གི་མཆོན་ཉིད་ཇི་ལྟ་
བར་རྟོགས་པ་ཞིག་མེད་ན། དཔུལ་དེའི་ཁྲིམ་གྱི་གཏེར་དང་བྱུང་ཀྱི་དབྲལ་བའི་ཁོར་
བུའི་དཔེ་བཞིན་ཏེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་མ་བྱུང་བ་གང་ཡང་མེད་
པར་ཐོག་མ་མེད་ནས་རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་རང་དོམ་ཤེས་པས་ཕན་མ་ཐོགས། དོན་མ་བྱུང་།
མ་དོན་དུ་མ་བྱུང་བས་ལ་ཁོར་བ་ལྷུ་མ་ཐམས་ཅད་པར་ལ་བྱུངས། ལ་བྱུང་། མཁར་།
མ་རིག་ལས་ཉོན་གྱི་ཤུགས་དྲག་པོས་བསྐྱེད་པ་འདི་བཞིན་ལགས་མོད་ཀྱི། དུས་ད་
རེས་དག་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱི་བཀའ་རྒྱུ་མཆོམས་སྤྱར་ཏེ། རང་ལ་ཡོད་པ་

འདྲེན་པ་སྤྱད། རྒྱལ་བྱ་དཔལ་མཁུ་ལ་བྱུང་པ་རྒྱལ་མའ་བཀོད་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ལ་
དོན་དཔལ་བྱང་ཚུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཞེས་བགྱི་བ་ལགས།

༥ དེ་ལྟར་དོ་བོ་དོས་བཟུང་ནས། རྣམ་པ་ལག་ཏུ་བྱང་བ་ལ། སྤང་སྒྲོང་
ཕྱག་རྒྱའི་མདོའི་དགོངས་པ་བཞིན་མཐོན་པོ་ལྷུ་སྐྱབ་ཀྱི་ཞལ་སྤྱོད་མཛད་པའི་ཀློན་
རྒྱུ་དོན་དཔལ་བྱང་འཇུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་ལ། སྤྱོད་བཟོ་གསལ་བསམ་གཅིང་དོན་དཔལ་
གྱི་སྐྱབས་སྤུལ་གྲོ་བ། དདོས་གཞི་སེམས་བསྐྱེད་ཚོག་གིས་གསལ་གདབ་ཅིང་དོན་
གྱིས་དཔལ་འཆལ་བ། རྗེས་ཉམས་ལེན་གྱིས་ལམ་དུ་འཁྱེར་ཞིང་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་རྒྱས་
གདབ་པ་དང་བཅས་པ་འདི་དག་གི་ཚོག་སོ་སོའི་སྐྱབས་དང་མཐུན་པའི་དོན་ཡིན་ལ་
ལེགས་པར་བསམ་ལ་རྗེས་སྒྲོས་འདི་བཞིན་མཛད་པར་ལ།

༦ ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིན་རྟེན་གྱི་ཁམས་མཐའ་ཡས་ལུ་མེད་པ་དག་ན་
བཞུགས་པའི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྗེས་པའི་སངས་
རྒྱུ་རྣམས་དང་། དཔལ་པའི་ཚོས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་དགོངས་འདུན་ཆེན་པོ་དང་
བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་
ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སྤྱོད་གསོལ། སྤྱོད་དཔོན་བདག་ལ་དགོངས་སྤྱོད་གསོལ།
བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས་ཐོག་མ་དང་མཐའ་མ་མ་མཆིས་པའི་འཁོར་བ་ན་འཁོར་
བའི་ཚོ། ལུས་དང་དག་དང་ཡིད་ཀྱིས། སངས་རྒྱུ་དང་ཚོས་དང་དགོངས་འདུན་དང་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

པ་མ་དང་སེམས་ཅན་གང་དག་ལ། སྡིག་པ་མི་དག་བའི་ལས་བགྱིས་པ་དང་བགྱིད་
དུ་སྐྱུལ་བ་དང་བགྱིས་པ་ལ་རྗེས་སྐྱུལ་ཡི་རང་བཅི་མཆིས་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གཅིག་
ཏུ་བསྐྱུས་ཤིང་བསྡོམས་ཏེ་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྐྱུན་
སྤར་བླ་ན་མེད་པའི་སྐྱོད་པ་ཤུགས་པས་སྐྱོད་པ་འཆགས་སོ། །མི་འཆབ་བོ། །
སྐྱོན་ཆད་འདི་ལྟ་བུ་མི་བགྱིད་དོ། །སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་
ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། ཇི་ལྟར་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ནམས་
ཀྱིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྗེས་སྐྱུལ་ཡི་རང་བ་བླ་ན་མེད་པ་ཐུགས་སུ་ཆུད་པ་དེ་བཞིན་དུ།
བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས། ཀྱང་སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་དང་རང་
སངས་རྒྱུས་དང་འཕགས་པ་ཉ་ལྟ་ཐོས་ནམས་དང་འགྲོ་བམ་ལུས་པའི་བསོད་ནམས་
ཐམས་ཅད་ལ་རྗེས་སྐྱུལ་ཡི་རང་དོ། །

༥ ། སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་
སུ་གསོལ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བགྱི་བས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གཏུང་རྒྱུན་མི་ཆད་
པར་བྱ་བའི་སྤྲད་དུ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ།
ཡང་དག་པར་རྗེས་པའི་སངས་རྒྱུས་རྐང་གཉིས་གཙུག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ།
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཐམས་ཅད་
དང་བལ་བ་སྐྱེས་སུ་ཆེན་པོ་སྐྱེས་སུ་ཁྱུ་མཆོག་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་སྐྱུ་བླ་ན་མེད་
པའི་སྐྱོར་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་མངའ་བལ་སྐྱབས་སུ་མཆིའོ། །ཆོས་འདོད་ཆགས་དང་བལ་བའི་

མཚོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ། སྤྱོད་མེད་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་མངའ་བ་ཞི་
བཙོས་ཀྱི་སྐྱུ་མོ་མོ་རང་གིས་རིག་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལོ། །དགོ་འདུན་དུལ་བའི་
ཚོགས་ཀྱི་མཚོག་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་སྟེ། རྩོགས་བཅུ་འི་འཕགས་པ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་
པའི་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོའི་དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆི་ལོ། །སངས་
རྒྱུས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ། །བདག་
མིང་འདི་ཞེས་བསྐྱི་བ་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཚུབ་སྟོང་པོ་ལ་གནས་ཀྱི་བར་དུ།
སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་ཅད་ལ་དུས་ཇི་ལྟ་བ་དང་སྟོབས་ཅི་
མཆིས་པ་བཞིན་དུ་བདག་དབུལ་ཞིང་མཆི་ན་མགོན་པོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྟན་པ་
དག་གིས་བདག་བཞེས་སུ་གསོལ། །སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའ་ཐམས་
ཅད་བདག་ལ་དགོངས་སུ་གསོལ།

དི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱུས་དག། སྟོན་དུ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་སྤྱད་པ་སྤྱོད་པའི་ཆོ། སེམས་
ཅན་ཐམས་ཅད་སྟོོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་དབུགས་དབྱུང་བ་དང་སེམས་ཅན་ལྟ་བུ་འཕམ་བཟུང་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་
ཅད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འགོད་པའི་སྤྱད་དུ་དི་ལྟར་སྤྱོད་མེད་པ་ཡང་
དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་དུ་ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། །བདག་མིང་འདི་
ཞེས་བསྐྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སྟོང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ།

ཐག་ཆེན་ཤིང་རྟེན་པོ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཚོགས་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སྒྲོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འགྲོལ་བ་དང་སེམས་ཅན་
ཐམས་ཅད་དབྱགས་དབྱུང་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བྱུང་ན་ལས་བསྐྱེད་བ་དང་
སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་འགོད་པའི་སྤངས་དུས་ན་མེད་
པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་དོ།

ཇི་ལྟར་སྒྲོལ་གྱི་སངས་རྒྱས་བཙུག་ལྟན་འདས་ན་མས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་
དང་འཆེན་པོ་དེ་དག་གིས། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་མུང་པོ་དང་ཁམས་
དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ན་མ་པར་སྤངས་པ། ཚེས་བདག་མེད་པ་
མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་སེམས་གདོད་མ་ནས་མ་སྐྱེས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདྲིཞེས་བསྐྱི་བས་ཀྱང་དུས་
འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་བར་དུ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་
དང་བྲལ་བ་མུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ན་མ་པར་
སྤངས་པ། ཚེས་བདག་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་གི་སེམས་གདོད་མ་ནས་མ་སྐྱེས་
པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་
འདྲིཞེས་བསྐྱི་བས་ཀྱང་དུས་འདི་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྟིང་པོ་ལ་མཆིས་ཀྱི་
བར་དུ། དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་མུང་པོ་དང་ཁམས་དང་སྐྱེ་མཆེད་དང་
གཟུང་བ་དང་འཛིན་པ་ན་མ་པར་སྤངས་པ། ཚེས་བདག་མེད་པ་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་རང་

གི་སེམས་གདོད་མ་ནས་མ་སྐྱེས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་པར་
བསྒྱེད། །ཞེས་པ་འདི་དོན་དམ་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་དེ་འདི་ཉིད་ཡིན་ནོ།

སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་
སངས་རྒྱུས་དེད་གཤེགས། བདུད་དཔུང་དང་བཅས་པ་མཐའ་དག་པམ་པར་མཛོད་
པ་དེ་ཉིད་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱུས་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་
བསྒྱིབས་ཀྱང་བདུད་དཔུང་དང་བཅས་པ་པམ་པར་བསྒྱིས་ཏེ་བདག་མདོན་པར་
རྫོགས་པར་འཛོད་རྒྱུ་བར་བསྒྱེད།

ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་
རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་དག་གིས་ཉིད་མདོན་པར་སངས་
རྒྱུས་ནས་ཚོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་མཛོད་པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་
ཞེས་བསྒྱིབས་ཀྱང་བདག་ཉིད་མདོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱུས་ནས་ཚོས་ཀྱི་
འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བར་བསྒྱེད།

ཇི་ལྟར་སྟོན་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་
པའི་སངས་རྒྱུས་དེད་གཤེགས་ཉིད་མདོན་པར་སངས་རྒྱུས་ནས་ཚོགས་ཡོངས་སུ་བསྒྲུབ་
པ་དེ་བཞིན་དུ། བདག་མིང་འདི་ཞེས་བསྒྱིབས་ཀྱང་། བདག་མདོན་པར་རྫོགས་
པར་སངས་རྒྱུས་ནས་ཚོགས་ཡོངས་སུ་བསྒྲུབ་པར་བསྒྱེད།

༥ བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་ཅི་བསྐྱེད་པར་བགྱི།
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གི་མགོན་དུ་གཉེར།
 བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་མཆོག་ཡིད་འོང་སྤྱད་པར་བགྱི།
 འགྲོ་ལ་པཎ་ཐིམ་སངས་རྒྱལ་འགྲུབ་པར་ཤོག།

བདག་གིས་བྱང་ཆུབ་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་དགོངས་པ་འདི་དང་། གཤམ་
 ཡང་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཅུང་ཟད་བགྱིས་པ་དང་བགྱི་བར་འགྱུར་བའི་དགོངས་པ་
 དག་ཐམས་ཅད་པ་མ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་། བདག་གི་དོན་
 དུ་བླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱེད། །བདག་གི་བསོད་
 ནམས་འདིས་པ་མ་ལ་སོགས་པའི་སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་བ་ནམས་བདག་གིས་
 བསྐྱལ་ཡོ། །མགྲོ་ལ་བ་ནམས་བདག་གིས་དགྲོ་ལ་ཡོ། །དདུགས་མ་སྤྱོད་པ་
 ནམས་བདག་གིས་དདུགས་དཔྱད་དོ། །ཡོངས་སུ་མུ་དན་ལས་མ་འདས་པ་ནམས་
 ཅི་ཡོངས་སུ་མུ་དན་ལས་བསྐྱེད། །མདོན་པར་རྟོགས་པར་སངས་མ་རྒྱལ་བ་ནམས་
 མདོན་པར་འཆང་རྒྱ་བར་བགྱིད། །རྒྱབས་མ་མཆིས་པ་དང་། གནས་མ་མཆིས་
 པ་དང་དཔྱད་གཉེན་མ་མཆིས་པའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་རྒྱབས་དང་གནས་དང་དཔྱད་གཉེན་
 དུ་གྱུར་ཅིག །དེད་ནས་བདག་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་དང་ཆུ་ལ་བྲིམས་བསྐྱུང་བ་དང་བཟོད་
 པ་སྤྱོད་པ་དང་བཟོན་འགྲུས་བཟུམ་པ་དང་བསམ་པ་གཏན་ལ་མཉམ་པར་གཤག་པ་

དང་ཤེས་རབ་རྒྱལ་པར་དཔྱོད་པ་དང་ཐབས་ལ་ཁས་པ་ལ་སྒྲོབ་པ་གང་ཅི་ཡང་རུང་སྟེ།
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དང་ཕན་པ་དང་བདེ་བའི་སྒྲིབ་དུ་སྒྲོ་
 བ་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་བརྩམས་ཏེ། འདས་པ་དང་མ་
 འོངས་པ་དང་དུས་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ཐེག་པ་ཆེན་
 པོ་ལ་ཡང་དག་པར་ཁྱགས་པ་ས་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་གནས་པ་རྒྱལ་ཀྱི་རྫོགས་
 སྐུ་ལྷན་པར་འཇུག་གོ།

༥ འཕགས་པ་བདག་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལགས་ཀྱི། བྱང་ཆུབ་
 སེམས་དཔའ་ལགས་པར་གཟུང་དུ་གསོལ།

༥ ས་དང་ཆུ་དང་མེ་དང་རླུང་།
 ཕྱི་དང་ནགས་ཀྱི་ཉིང་ལྟ་བུར།
 ཏྲག་ཏུ་སྒྲོག་ཆགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
 འདོད་དགུ་དཔག་མེད་སྦྱོང་པར་ཤོག།
 མཐོང་བ་དང་ནི་རེག་པ་དང་།
 ཐོས་པ་དང་ནི་བློ་བསྟན་ཀྱང་།
 བདག་ནི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
 བད་རྒྱལ་གསོ་བ་ཉིད་གྲུང་ཅིག།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྟའི་སྒོལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིངས།

སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་དང་ལྷན་སྦྱར་ཅིས།
བན་འགྲོ་ཐམས་ཅད་རྟག་རྟ་སྟོངས་པར་ཤོག།
བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གང་དག་སར་བཞུགས་པ།
དེད་ག་ཀུན་གྱི་སྟོན་ལམ་བདག་འགྲུབ་ཤོག།

༥ དེད་ག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་དོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གཞིང་མ་ནས་
རང་ལ་ཡོད་ཀྱང་དོམ་ཤེས་པ་དེ་ལ་དག་བའི་བཤེས་གཉིན་གྱི་རིན་དང་དཀོན་མཆོག་
རིན་པོ་ཆེའི་ཐུགས་རྗེའི་བྱུང་རྒྱུ་ལས་ལེགས་པར་སྐྱེས་ཤིང་རང་དོམ་སྟོང་པ་དེ་ལ་
ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པའི་ས་པའི་ཐ་སྙད་དུ་གྲགས་ཀྱང་། རྟོན་འབྲེལ་ཆོག་ས་པའི་མཐུ་
ལས་བྱུང་བ་ལགས་ཤིང་། དཔེ་དེ་ཉིད་ཉམས་ལེན་གྱི་གོང་དུ་འཕེལ་ཁིང་གོམས་པ་
དང་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་བྱ་བ་ལ། དལྟའི་སེམས་གང་ལྟར་ཁར་བའི་རང་དོམ་ཅེར་གྱིས་
བལྟས་ལ། སྤར་འདས་ཀྱི་ནུམ་རྟོག་གི་རྗེས་འབྲང་མི་བྱ་མཁོད་ས་པའི་རྟོགས་པའི་
སྒྲུམ་པ་བསྟ། དལྟའི་སེམས་ལ་མཆོན་འཛིན་བཅོས་བསྐྱེད་དགག་སྒྲུབ་གང་ཡང་མི་
བྱ་བར་སེམས་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་ཡིན་གྱི་ཐོག་རྟ་སྟོང་གིས་འཛོག་པ་དེ་ལ་དོན་དམ་བྱང་
ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོན་པ་ཟེར་བ་ལགས། དེ་ལྟར་བཟོ་བཅོས་མེད་པར་རང་དོམ་གིས་
རིག་པ་དེ་ཤིས་དཔལ་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐུགས་ལེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྐྱེ་ཉིད་རང་སེམས་དང་
ཐ་དད་མེད་པར་གདོད་མ་ནས་ལྟན་གྱིས་སྒྲུབ་པ་དེ་ཉིད་རྟོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་ཏེ།

སྒྲུབ་ཀྱི་འཕྲོ་བ་བྱུང་སེམས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་རིག་པ་དེས་པར་བྱས་ཤིང་། འདིར་དོན་

དཔལ་བྱང་ཐེམ་སྒྱིམ་མངས་རྒྱུ་སྒྱིད་བོའི་དད་བྱ་སྒྲིལ་པ་ཡིན་ཏེ།

ཡེན་ཏན་རིན་པོ་ཆེ་བསྟུན་པའི་མདོ་ལས།

ལཱ་ལས་པ་འཛིན་རྟེན་གནས་པའི་བྱ་ངན་འདས་ཀྱང་རུང་།

ཆོས་ཉིད་སྐྱེ་བའི་ཆོས་རྣམས་སྤྱོད་པ་འདིར་གནས་ཏེ།

བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་གང་གིས་ཚུལ་འདི་རྗེས་སུ་རྟོགས།

དེའི་ཕྱིར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ས་པ་རྒྱུ་ལ་ཆོད་གསལ་ཏེ།

ཞེས་གསུངས་པས་ན། མ་འོགས་འབྲུལ་བ་ལུ་གུ་རྒྱུད་ཀྱི་རྩིས་འབྲང་མི་བྱ་
བར་དོན་དམ་བུ་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་གདོད་མའི་གནས་ལུགས་རང་དོགས་པའི་ཉམས་
ལེན་གྱི་ངང་ནས། དེ་ལྟར་མཉོགས་པའི་སེམས་ཅན་མཐའ་ཡས་པ་རྣམས་ལ་སྒྲོང་
ཅིང་གི་རྩལ་མང་དུ་སྒྲིང་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཀློང་བྱང་སེམས་སྒྲོན་འཕྲུག་གི་སྤྱོད་ལས་
རྒྱུ་ཆད་མེད་པས་བྱང་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲོད་པ་ཡང་དག་པར་སྒྱུད་པ་ལ་འབད་འཚུལ།

༥ རྩེས་སྒྲོན་པམ་གྱི་རྒྱལ་གདབ་པ་ཤོད་དུ་སོང་ནས། ཉམས་ལེན་ལམ་
དུ་ལུང་ཚུལ་ཅི་བ་ཤད་མ་ཐག་པ་ལདྲི་ཉིད་ལགས་ཤིང་།

༥ དེསྟུ་བུའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་གསུམ་བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་གྱི་རིམ་པ་ནི་
གོང་དུ་ཁར་བྱང་དུ་ཡང་ཡང་བརྗོད་པ་བཞིན་འདི་སྐབས་ཀྱང་མདོ་ཙམ་སྒྲིམ་ན།
སྒྱིར་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་ཚོས་མཐའ་དག་པའི་གཞིར་སྒྱུར་ཆོ་དེའི་ཕན་ཡོན་གྱི་

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྒྱུ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་སྒྲུབ་

མཐའ་དང་ཚད་ནི་དེ་བཞིན་གཤམ་པས་ཀྱང་བརྟེན་པར་མི་ལང་ན་སོ་སོ་སྐྱེ་བོས་ལྟ་
གཤམ་གྱིས་མཐའ་མི་བྱུང་བའི་གནས་སུ་བྱུང་པ་ལ། འོན་ཀྱང་བརྟེན་པ་མཆོན་
བྱེད་ཅམ་དུ་འཕགས་པ་སྟེང་བོ་བཀོད་པའི་མདོར། རྒྱལ་བ་མ་པམ་པས་བྱང་ཆུབ་
སེམས་དཔའ་འོར་བཟང་ལ་གསུངས་པ་ཁོན་པ་མཆོན་ན། རིགས་ཀྱི་བྱ། བྱང་ཆུབ་
ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ས་བོན་ལྟ་བུའོ། །འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་
ཀྱི་དཀར་པོའི་ལོ་རྟག་འཕེལ་བས་ཞིང་ལྟ་བུ། འཛིག་རྟེན་ཐམས་ཅད་བརྟེན་པས་ས་
ལྟ་བུ། དཔུལ་བ་ཐམས་ཅད་གཅོད་པས་ནམ་ཐོས་ཀྱི་བྱ་ལྟ་བུ། དོན་ཐམས་ཅད་
ཡང་དག་པར་བསྐྱབས་པས་ཡིད་བཞིན་གྱི་འོར་བུའི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ། བསམ་བ་ཐམས་
ཅད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་བྱེད་པས་བུམ་པ་བཟང་པོ་ལྟ་བུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་
ཐམས་ཅད་ཡོངས་སུ་བསྐྱུངས་པས་ས་ལྟ་བུ། དོན་མ་གྲུབ་པ་སྤྱིར་མི་ཕྱོགས་པས་བྱུང་
འཕྱག་གི་མདུང་ལྟ་བུ། ཉོན་མོངས་པའི་མགོ་ལྟང་བར་བྱེད་པས་རལ་གྱི་ལྟ་བུ།
འཁོར་བའི་ཆུ་བོ་ན་གནས་པ་ནམས་སྟེང་དུ་འབྱིན་པས་མཆིལ་.....༡༡འཛིན་པའི་ཕྱག་སྒྲུབ།
ལྟ་བུ། རྒྱུ་བ་བ་དང་ཁེབས་པའི་ཕ་བ་ཐམས་ཅད་ནམ་པར་འབྱིན་པས་རྒྱུད་གི་དཀྱིལ་
འཁོར་ལྟ་བུ། ཉོན་མོངས་པའི་གཉིད་ལས་སང་བར་བྱེད་པས་ཐོ་རེས་ཀྱི་རྟ་ལྟ་བུ།
ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་གསལ་བར་བྱེད་པས་མེ་ལོང་ལྟ་བུ། དག་བའི་
ཆོས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པས་སྟོང་ལྟ་བུ། གང་ས་ཡོད་ས་སྟོང་དགའ་བར་བྱེད་པས་
དབྱིགས་.....ནོར་བུ། ལྟ་བུ། ཆོས་ཀྱི་དགའ་བ་དང་མོས་པ་ཉམས་སུ་མྱེད་བར་

བྱེད་པས་བཟའ་ཤིང་གིར་བལྟ་བུ། རང་གི་ངོ་བོ་ལ་ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་
བས་གསེར་ལྟ་བུ་མྱོངས་པའི་ནད་ཐམས་ཅད་སེལ་བས་སྒྲུབ་ལྟ་བུ། འགྲོ་བ་ཐམས་
ཅད་ཀྱི་ཡིད་ཚིམ་པར་བྱེད་པས་སྤྱད་བྱངས་སྟོན་པོ་ལྟ་བུ། དགོ་བའི་རྩ་བ་གཞན་
ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པས་རྩི་རྩེ་རྩེ་རྩེ་བུ་རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ། ལྟ་དང་མི་དང་ལྟ་མ་ཡིན་དང་
བཅས་པའི་འཇིག་རྟེན་ན་མཆོད་པ་ལྟ་བུའོ། །བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་སྦྱོང་བ་
དང་སྒྲོན་ལམ་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་པས་མདོར་བསྟན་པ་ལྟ་བུའོ། །རིགས་ཀྱི་བུ།
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེད་བྲག་ཆད་མེད་པ་
གཞན་དང་ཡང་ལྟ་བུ་ལོ།

ཞེས་སོགས་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དཔེ་ཉེས་བརྒྱ་ལྟག་པར་གསུངས་པ་ནམས་
སྐབས་འདིར་སྒྲོས་ན་ཏུ་ཅད་ཚིག་ཚོགས་ཆེ་བར་འགྱུར་སྤྱིར་མ་བཟོད་ཀྱང་དོན་གྱི་
འགག་འདི་དག་ཏུ་འདུ་ཞིང་གོ་བར་འགྱུར་མོད་ཀྱི། མདོར་ན་གནས་སྐབས་མཐར་
ཐུག་གི་ལེགས་པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པའི་འབྱུང་གནས་དམ་པ། སྤྱི་མཐོང་གསུང་
པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་གཞི་དང་ལམ་དང་ཐབས་དང་ཉམས་ཉེ་སྤྱི་སྤྱི་དཔོན་གྱི་པ་སེམས་གསུམ་
རིན་པོ་ཆེའི་སྒྲོན་པར་གཞན་གྱི་དོན་ནམ་མཁའ་མཉམ་པར་མཛད་པའི་གོ་ཆ་དང་མི་
འབྲལ་བའི་དང་ནས། སྤྱི་མཐོང་དགོན་མཆོག་ལ་སྦྱར་བའི་གསུང་བའི་མཐུལ་དང་།
བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མ་ཉམས་ཤིང་མི་བཟོད་པའི་སྒྲོན་ལམ་བཟང་པོ་དང་བཅས་པས་
ཐུག་ཅི་མང་མཛད་པར་ལུ།

ཐེག་ཆེན་ཤིང་རྩེ་ལ་གཉིས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་འདོགས་ཆོག་ཐར་པའི་བྱ་གཞིར་ས།

ཞེས་བརྗོད་ཅིང་། སྒྲོ་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་ཅི་ལྟར་དང་། སྒྲུམས་ཀྱང་ཤིས་བརྗོད་དང་།
དགོན་མཆོག་གི་བྱུང་བུ་གཏང་པའི་གི་མཆོད་པ་སོགས་ཀྱང་བྱུང་། །དེ་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཤིང་རྩེ་ལ་
རྣམ་པ་གཉིས་ལས་བྱུང་བའི་བྱང་ཆེན་ཆོ་གའི་ལས་འཛིན་རྒྱུ་ལས་སྒྲོ་མ་སྒྲོ་མ་གསལ་ཤིང་མཐའ་ཡས་པ་ཞིག་གྲུབ་
མཐའ་ཆོས་བརྒྱད་སོ་སོའི་ཡིག་ཆ་ལས་འབྱུང་མོད་ཀྱི། དེ་དག་རང་རང་གི་དགོངས་བཞིན་མཐུན་པ་དང་མི་
མཐུན་པ་ལྟར་སྒྲུབ་བའི་ཚུལ་དུ་མ་གྱི། ཇི་ལྟར་ཀ་ར་བུ་རམ་སྒྲུབ་ཅི་འོམ་སོགས་ཀྱི་མངར་བའི་རོག་ཅིག་ལུ་
བྱེད་ཀྱིས་ལ་གང་ཟག་སོ་སོའི་འདོད་པ་དང་མཐུན་པར་སྦྱོང་པ་སོ་སོའི་མཆོད་ཀྱི། འདི་ནི་མངར་བ་ཡིན་ལ་འདི་
ནི་མ་ཡིན་ཅི་ཞེས་བརྟན་པའི་དགོས་པ་ཅི་ཞིག་མཆིས་པ་དེ་བཞིན་དུ། དམ་པའི་ཆོས་ཐོག་མཐའ་བར་དུ་དགོ་
བའི་རང་བཞིན་འབབ་ཞིག་ལ། བདག་ཅག་གི་ལུགས་འདི་ཡིན་གྱི་བྱེད་ཅག་གི་ལུགས་དེ་མ་ཡིན་ཅི་ཞེས་
བཞུགས་ཞིང་བརྟན་པས་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འབྱུང་བར་ནམ་ཡང་མི་འགྱུར་བས་ན། ཅོད་པ་མེད་པའི་
བཀའ་བསྟན་བཅོས་ལས་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་བཞིན་བདག་གིས་འདིར་བྲིས་ཀྱི། བདག་འདྲ་བུ་པོས་རང་བཟོར་
བཞིས་པ་འགའ་ཡང་མ་མཆིས་སོ།།

འོན་ཀྱང་བཀའ་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ལ་བཞག་ས་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་འདིར་ཡང་བསྐྱར་དུ་བྲིས་པས་ཅི་ཞིག་
བྱེད་ཀྱི། དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་འདི་ནི་གངས་ཅན་སྒྲུབ་བརྒྱུད་མཐའ་དག་གི་འབྱུང་ཁུངས་ཀྱི་རྒྱུ་དཔལ་གྱི་རིམ་ཆོས་
ཀྱིས་མཐོང་བའི་སེང་གའི་བྲི་ལ་ཞབས་པད་མཛོད་པར་བརྗོད་ཆགས་པའི་མཉམ་མེད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུ་
ཐུབ་བསྟན་འོ་ཆེན་བཟུང་བའི་དཔལ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་ཞལ་སྒྲ་ནས་བཀའ་མཆིང་
ལཱ་ཏིག་གི་ཆུན་ལུ་ཡང་དག་པར་བསྐྱལ་བ་ཉིད་བདེ་ཆེན་འཁོར་འཁོར་ཆུན་དུ་བཞིས་ནས། ཐོས་བསམ་མཁྱིས་བྱུང་
སྒྲོ་བས་དང་མི་ལྟན་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འོ་ཆེན་པོ་ཆེ་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐོལ་ལྟར་དུ་བཞིས་པའི་ཀྱིས་ལའི་རང་

སྒོལ་གྱི་མིང་འཛིན་པས། ཚུ་ཀླུ་རྟ་མཆོག་ཁལ་བབ་གཡམས་སུ་དུང་ལྟར་འབྱིལ་བའི་དོགས། རི་བྱ་མེད་
 བོ་ནམ་པར་འབྱིངས་འདའི་སྒོལ་ཀྱུ་སྒྲུང་དང་བའི་བསམ་གཏུག་གི་ཁང་བུ་བཙུགས་པའི་ཡང་དབེན་དུ་བྱིས་
 པའི་དགེ་བས་ལྟག་བསམ་མཆོག་ཏུ་དཀར་བའི་འོད་མདངས་ཀྱིས། ཁམས་གསུམ་གྱི་འགྲོ་བ་དྲིན་ཅན་པ་
 མའི་རང་བཞིན་འབའ་ཞིག་པ་ལས་ཉེན་འབྱུལ་པའི་ལུས་སྤྱིང་མཐའ་མེད་པར་བཟོད་དཀའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་སྒྲུ་
 ཚོགས་རབ་ཏུ་ལྷོང་བ་སྤྱིང་མེདི་ཡུལ་སྐྱུར་ནམས་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་ལ་སྐྱུར་དུ་འཁོད་
 པའི་རྒྱ་རྒྱེད་དུ་སྐྱུར་ནས། མཐའ་ཡས་པའི་འགྲོ་བ་ཐམས་ཅད་ཕྱིར་མི་རྟོག་པ། རབ་ཏུ་པན་པ། མཆོག་
 ཏུ་བདེ་བ། འཇུར་བ་མེད་པའི་གཏུག་སྤྱིང་བླ་བ་མེད་པ་ཚོགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལ་འགོད་པར་ཤོག་ཅིས། །
 གྲུ་མ་སྐྱུ་མཐོང་གཏྲོ། །



བླ་མ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་

མེ་ཏོག་ཐོང་མཛེས་ཀྱི་དགོངས་དོན་

མདོར་བསྟུས་པ་ངས་དོན་སྙིང་པོ་

བཞུགས་སོ།།

༥ སྒྲིབ་པ་འདི་ནི་འགྲུབ་ཟླ་ཀྱུན་བྲལ་བ་ལི།
 གྲགས་པ་ལི་དབྱར་རྩ་དོན་མཐུན་ཞིང་ཀྱུན་ཏུ།
 ཆེར་གསལ་པ་དུ་ཐོད་ཐིང་ལས་གཞན་སུ།
 འཛིག་རྟེན་མཐོན་མཚོག་དེ་ཞབས་སྒྲིབ་པ་མཚོད།

དེ་ལ་འདིར་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ལི་སྒྲིབ་
 པོས་ཡེ་ཟུབ་ཏུ་འཇག་མིག་གི་སྒྲིབ་ཏུ་ཡན་ཆད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་མཆིས་མོད་ཅིང་།
 དེ་ཉིད་མཐོན་དུ་བྱེད་དུ་བྱེད་པ་ལ་སྒྲུབ་གཞི་སྒྲིབ་བྱེད་སྒྲུབ་འབྲས་གསུམ་
 གྱི་སྒྲོ་ནས་ཆོས་ཀྱི་ནུམ་གངས་བསམ་གྱིས་མི་ཟུབ་པ་ལི་ཡང་སྒྲིབ་ཆད་བྱུང་
 རོ་ཇི་ཐེག་པ་ལི་རྒྱུད་དང་མཐོན་དག་སྒྲུབ་ཐབས་སོགས་རྒྱལ་བ་ལི་སྒྲིབ་ལས་
 རབ་འབྱུལ་ལས་སྒྲུབ་མོད་ཀྱི། ཟུང་པར་མཚོག་ཏུ་རྒྱལ་བ་པ་དུ་འབྱུང་
 གནས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་མི་ཟད་གཏིར་ཆེན་ལས་བྱུང་བ་ལི་ཟབ་ཆོས་མཚོན་དང་
 བཀོད་པ་མཐུན་ལས་པ་ལི་བྱེད་བྲག་ནུམས་ལས། ཡང་ཟབ་བླ་མེད་
 དགོངས་པ་འདུས་པ་ལི་ཆོས་སྒྲོར་ཞེས་ཉི་ཟླ་ལྟར་གྲགས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱི་མཐོན་
 དག་སྒྲིབ་པོར་གྱུར་པ་གང་ཟག་སྒྲོས་པ་ཆུང་བ་ལ་མོས་པ་ནུམས་ཀྱི་དོན་དུ་
 མཛད་པ་ལི་རྩ་བ་ལི་བསྟན་པ་ཆོ་བ་སྒྲུབ་ཐབས། །དེ་ལི་སྒྲུབ་པ་གསལ་བྱེད་

སྒྲུབ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མཛེས་ཀྱི་དགོངས་དོན་མདོར་བསྟུས་པ་དེས་དོན་སྤྱོད་པོ།

ཀྱི་ཤོར་བུ། དེའི་ལས་བྱུང་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མཛེས་དང་བཅས་པའི་མ་བུ་རྣམས་ལས།
འདིར་སྤྱོད་ལས་ལམ་བུར་བསྟུས་པ་མེ་རྟོག་སྤྱོད་མཛེས་ཀྱི་སྒྲིམ་རིམ་མདོཅམ་སྟོན་པར་
བྱེད་དེ། དེ་ལ་སྤྱིར་རྒྱུད་སྤྱིའི་རིམ་པ་སྐོར་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་གནད་རྣམས་ཀྱང་སྐོར་སྐོར་
གསུངས་མོད་ཀྱང་། འདིར་འདྲི་རྒྱུད་སྤྱིའོག་མ་ལས་ཆེས་ཆད་དུ་བྱུང་བ་ཡོག་གསུམ་
གྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་སྒྲུབ་སྤྱོད་དང་།

དེ་ལ་ཡང་།

བཀོད་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས།

སེམས་ལས་པ་ལ་སྐྱེད་པ་རྟེ།

སེམས་བརྩུད་ཅན་ལ་རྫོགས་པ་ཉིད།

མཆོག་གསལ་དཔལ་རྫོགས་པ་ཆེ།

ཞེས་པ་ལྟར། གཤམ་བྱའི་བློ་རིག་སྐོར་འདི་དོན་དུ་འདུལ་ཐབས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱང་
སྐོར་སྐོར་གསུངས་ཤིང་། དེའི་སྤྱིར་། ཞི་བོ་སྒྲུབ་ལ་བྱུལ། བཀའ་བརྒྱུད་ཡང་སྤྱར་
ལ་སོགས་མདོར་བྱ་རྒྱུ་སྤྱི་བཅོམ་བརྒྱུད་ལ་གཏོགས་པའི་སྒྲིམ་ཁོག་པལ་ཆེར་འདྲི་བྱ་ཆེ་
བ་བསྐྱེད་རིམ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཡིན་ལ། འདི་འདྲི་ཟབ་པ་རྫོགས་རིམ་གཙོ་
བོར་སྟོན་པ་ལུང་ཨ་རུ་ཡོག་གའི་དགོངས་དོན་ཡིན་སྤྱིར་། དེ་རྒྱུད་རྒྱུ་སྤྱིའོག་སྒྲུབ་སྤྱོད་
ཐོབ་ཤེས་པ་གཤམ་ཆེ་ཞིང་། དེས་ན་འདི་ལ་སྟོན་པ་ཐོབ་དངོས་གཞི་རྫོགས་གསུམ་གྱི་དང་
པོ་ལ། ཐུན་མོང་གི་ཆོག་གསལ་བསགས་པའི་ལས་རིམ་སྒྲུབ་སྤྱོད་སེམས་ལན་ལག་བདུན་
པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབ་སྤྱོད་སྤྱི་

རང་ལུས་ཐ་མལ་པའི་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་ཚོགས་ཁིང་ནམས་སྒྲུབ་དངས་
ནས་བཞུགས་པར་མོས་ལ་ཚོགས་བསགས། དེ་ནས་སྒྲུབ་འགྲོ་བྱེད་བྲག་པ་གསེར་
སྒྲིམས་བཞགས་གཏོར་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབས་སྒྲུབ་ཅི་སྒྲིའི་རྫོང་ཚོགས་ཀྱི་བདག་ཉིད་
སྒྲུབ་རས་གཟིགས་དང་རྟ་མཁྱིའི་བསྐྱེད་རིམ་དང་ལྷན་པས་མི་མ་ཡིན་ནམས་ལ་ཅི་
བསྐྱོད་བའི་བཀའ་ཉན་པར་བསམ།

མཚམས་གཙོད་ཀྱི་སྒྲུབས་སྒྲུབ། དོན་དམ་པར་སྒྲོང་ཉིད་མཚམས་ཐམས་
ཅད་བཤམ་སྤྱིར་བདག་གཞན་པའི་གཞོན་བསྐྱེད་བྱ་སྐྱེད་བྱེད་སོགས་ཀྱི་ཡུལ་ལས་
འདས་པའོས་ཀྱི་དབྱིངས་མཉམ་པའི་ཆེན་པོའི་ཕྱལ་མདངས་ལས། རང་ཉིད་རྒྱུའི་ཉེ་
རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དམར་པོ་གཅིག་ཏུ་གསལ་བའི་བྲགས་སྒོག་རྒྱུ་ལས་བྲག་
མཚན་གྱི་རིགས་དང་མེ་དབྱུང་སོགས་འཕྲོས་པས་སྒྲོང་འོག་སྒྲུགས་མཚམས་
དཀྱིགས་པའི་གུར་ཁང་དུ་སྒྱུར་པར་མོས། སྤྱིན་གྱི་མཚོད་གཏོར་བྱིན་རྒྱུབས་ཀྱི་
རྒྱུའི་ཉེ་རྒྱུ་འཛིན་བྲགས་ཀ་ནས་རིམ་ཁྱིའི་དང་མི་མཉམ་རྒྱུ་ལས་སོགས་ཀྱི་འཕྲོ་
འདུས་ཡི་ཤེས་ཀྱི་མཚོད་རྣམས་སྒྲུབ་བྱིན་བྱིན་བསྐྱེད། དེ་ནས་དངོས་གཞི་ལ།
ཉིད་འཛིན་ནམ་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་དེ་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་ནི་བདག་ལུས་གདོས་
བཅས་ཀྱི་མཚན་འཛིན་སོགས་སྤྱིན་སྒྲོང་བཅུད་ཨ་འཕྲས་སྒྲུབ་འཛིན་པའི་ཞེན་པ་སྐྱེད་
སྤྱིར་སྒྲོས་བཤམ་གྱི་སྒྲོང་དུ་མཉམ་པར་བཞག། །ཀྱུ་ཏུ་སྐྱེད་བའི་ཉིད་འཛིན་གྱིས་

སྒྲུབ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་མཛེས་ཀྱི་དགོངས་དོན་མདོར་བསྟུས་པ་དེས་དོན་སྤྱིར་བོ།

དོན་དམ་སྤྱིར་ཉིད་ཀྱི་ཚུལ་མཉམས་པའི་འགྲོ་བ་ལ་སྤྱིར་ཐེ་བསྒྲོམ་ཞིང་དེ་དག་ཆོས་
ཉིད་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བསྒྲུབ་པར་དམ་བཅའ། རྒྱུ་ལྷིང་དེའཛིན་ནི་དོན་སྤྱིར་པ་ཉིད་
ལས་མ་གཡེས་བཞིན་དུ་རང་རྩལ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་ཆོའ་ལྟུལ་གྱི་རེལ་པ་ལས། རོ་བོ་
ལྟར་ན་རང་གི་ཤེས་རིག་དོན་དམ་པའི་ཡེ་ཤེས། རང་བཞིན་ལྟར་ན་དཔལ་ཀླན་བཟང་
སྤང་མཐའ་མ་དོན་མེད་སྒྲིམ་དཔའ་དེ་ཉིད། ཐུགས་ཐེའི་ནམ་པ་ལྟར་ན། རྒྱུ་ལྷིང་ལྟ་
ཀྱང་བྱུང་དུ་གཤམ་ཞབས་ཆ་ལུགས་ནམ་འགྱུར་སོགས་མཐའ་ཡས་ཤིང་བསམ་གྱིས་
མི་བྱབ་པ་སོ་སོ་སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་ལས་འདས་ཤིང་། སྒྲིམ་ཆེ་ཆུང་གི་ཆོད་ཀྱང་ནམ་མཁའ་
གར་བྱབ་ཏུ་བྱབ་ཅིང་། འདུལ་བྱེད་མ་དེས་པའི་བཀོད་པ་བྲངས་མེད་པས་གང་ལ་
གང་འདུལ་གྱི་རྒྱུ་ལྟུལ་ལ་མངའ་བ་རྟེས་པ་ཞིག་ཏུ་མོས། གཤམ་ཡས་ཁང་བསྐྱེད་
པའི་སྐབས་སུ། གཞུང་ཉིད་ནས་གསུངས་པའི་ཆོག་ནམས་ནི་ནང་གི་འབྱུང་བཞིན་
བྱེད་སྤྱད་ཀྱིས་པ་མའི་མངའ་དུ་དོན་མེད་ལུས་སྒྲུབ་ཚུལ་དང་བརྟུན་ནས་གསུངས་པ་སྟེ།
འདིའི་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་གནས་ཚུལ་གྱི་རྒྱས་བཤད་ནམས་ནི་དགོངས་འདུས་རང་གི་
ཡང་གསང་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ཉི་ཟླ་ལ་སྒྱུར་གྱི་ནང་དུ་གསུངས་པ་དེར་བལྟ་ཞིང་།
འགག་དོན་མདོར་བསྟུན་སྤྱད་ཁམས་སྒྲུ་མཆོད་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཉིད་དུ་ཡོ་
ནས་རྒྱུན་གྱིས་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ་གསར་རྟོག་གི་རྒྱུད་སྟེ་མཐའ་དག་ནས་གསུངས་པ་
ལྟར་ལས། བྱུང་བར་འདི་སྐབས་སུ། རང་གི་ལུས་ཉིད་གཤམ་ཡས་ཁང་གི་རང་

བཞིན་ཡེ་ཤམ་ཡིན་ལ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་ཤིང་གསལ་འདེབས་པ་ཙམ་ཤམ་གཞལ་ཡས་
ཁང་བསྐྱེད་པ་མཆོག་ཏུ་འགྱུར་བར་གསུངས།

གདམས་སྒྲིམ་པ་ནི། རང་གི་ཤམ་པར་ཤེས་པའི་ཚོགས་བརྒྱུད་པོ་བདུ་འདབ་
བརྒྱུད་ཀྱི་ཚུལ་དང་། རྟོགས་ཤམ་ཐབས་ཤེས་མ་རྟོགས་ཤམ་གསལ་སྤང་གཉིས་པོ་ཉི་
ཟླའི་གདམས་ཏུ་ལྟོགས་སྒྲུབ་ཅིང་། དེད་གཤམ་ཁ་དོག་དབྱིབས་སུ་བློས་བཅོས་ཤིང་
བསྒོམ་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་ཡེ་ཤམ་ཡིན་པའི་དོན་ཤེས་ཤིང་བྲལ་པ་ལོ་ཤམ་ཆོག་ལ།

དེ་ཤམ་ལྟ་བརྒྱུད་པའི་རིམ་པ་དངོས་ནི། རྒྱུད་ཟླེ་གཞུག་ཤམ་ལས་སྐྱེ་གཞུགས་
བཞིའི་བཀའ་གསུངས་སྤྱིར་སྤྱིར་མཛོད་བྱེད་པ་དང་ཚོགས་གསུམ་སོགས་སྒྲིམ་བཅས་ཀྱི་
བརྒྱུད་ཚུལ་གསུངས་ཀྱང་། འདིར་བོད་བྱིངས་སྐྱེ་མེད། མཐའ་བྲལ་གྱི་ཤྲོད་ཤམ་
རིགས་པ་ཡེ་ཤེས་འགག་མེད་རང་བྱུང་དོན་གྱི་ལྟ་མཛུགས་ཀྱི་པར་བཤམ་གཏོགས། གུ་ཤེས་
སྒྲོ་བ་སྒྲུ་མཆོན་བཅས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ལ་རག་མ་ལུས་པའི་སྤྱིར་ན། ཤེས་རིག་གི་ངོ་
བོ་ཉི་ལྟ་དེ་ཉིད་ཤམ་པོལ་གྱི་ཆོལ་ལྟལ་དུ་དེ་གྱི་ལ་འཁོར་གུ་གཙུག་པོ་བདུ་བཟོ་ཅལ་དུ་
ལྟོགས་སྒྲུབ་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་བོ་རང་བཞིན་གྲུགས་མེད་སྤང་ཚུལ་ལམ།
མིང་དུ་བཏགས་ཚུལ་ཙམ་དུ་ཡབ་ཡུམ་འཁོར་སོགས་སུ་བྱེད་བཞིན་དོ། །དོན་དུ་བོ་
སྤང་སྤྱོད་དབྱེད་མེད་རིག་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་དང་། དེའི་ཅུལ་མཛད་སྤང་ཤམ་ཆོགས་
བརྒྱུད། ཉི་ཉིན་ཉི་ཤུ། མེས་སྤྱོད་བཅུ་བཅུ། རྟོག་ཆོགས་བརྒྱུད་བཞི་སྤྱོད་

སྒྲུབ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེ་རྒྱུ་མེད་མེས་ཀྱི་དགོངས་དོན་མཛད་པ་སྐྱུ་པ་དེས་དོན་སྤྱོད་པོ།

སོགས་སྐྱུ་ཤར་ཞིང་། དེ་དག་གི་རྒྱ་སེམས་ཅན་གྱི་དུས་ན་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་
རྟོག་ཆོགས། ལམ་རྒྱལ་འབྱུང་པའི་དུས་ན་ཉམས་དང་འཆར་སློབ་བྱེ་བྲག།
འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་གྱི་དུས་སྐབས་མཁུན་བཙུང་མཛད་པ་སྤོང་ལས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ཉིད་དུ་
འགྱུར་ཞིང་། དེས་ན་འདིར་ལྟ་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱང་།

གཞུང་ཉིད་ལས།

སྐྱུ་མདོག་ཕྱག་མཚན་རྒྱལ་འགྱུར་དུ་མ་སྟེ།

གཅིག་ཏུ་མ་དེས་ཆོ་རོལ་སྒྲུ་ཆོགས་སྟོན།

སྤྱང་སྤྱོད་མ་འགགས་ལྟ་དེ་ལྟ་བུ་ཅེས་གསལ།

ཞེས་གསུངས་པ་ཉིད་ཁོ་ན་ལྟར་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་སྐྱུ་འབྲེལ་ཡང་།
ཕྱི་རོལ་ནས་མི་གཅིག་པ་ཞིག་སྐྱུ་དང་སྤྱོད་ཤིང་འབྱོར་རྒྱ་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་ཏེ།
མ་དག་འབྲུལ་པའི་སྤྱང་པ་སྤྱོད་ཕྱིར་ལྟ་སོ་སོའི་མཚན་དང་བཞུགས་གནས་སོགས་ཐ་
དད་ནས་སྐྱུ་འབྲེལ་པའི་ཆོག་དག་ནས་བཟོད་ཀྱང་། དོན་དུ་རང་རིག་བྱང་ཆུབ་སེམས་
ཀྱི་རོལ་པའི་ཆོ་འབྲུལ་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་ལས་འབྲུལ་པ་མེད་ཕྱིར་། རང་ཤེས་རིག་པའི་
དམ་ཆོག་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སྐྱུ་བྱུང་མེད་སོ་སོའི་ལོན་པ་མི་དད་དུ་སྐྱུ་དང་ས། ཡེ་ནས་
འདུའབྲུལ་མེད་པ་དེ་ཀའི་དོན་ཤེས་པ་ནི་བཞུགས་གསལ། དེ་ཉིད་ལ་དེས་ཤེས་རྟོག་
པ་ནི་ཕྱག་འཆོལ། དེ་ཉིད་རང་ལ་འབྲུལ་མེད་རང་དབང་གྱུར་བ་ནི་དབང་བསྐྱུར་དེའི་
དོན་ལས་མི་འདའ་བར་དམ་བཅའ་བཞི་རྒྱས་བཏབ། སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་འདོད་ཡོན་དབང་

དེ་དག་གི་སྒྲིབ་ལྟལ་དུ་སྒྲུབ་པའི་བཟང་དཔྱད་ཐམས་ཅད་རོམ་ཉམ་ཆེན་པོར་རོམ་པ་ནི
 གྲིམ་ཆོད། དུག་ལྷ་དུག་གསུམ་ཐམས་ཅད་རང་ཤར་རང་སྒོལ་དུ་སྒྲོད་པ་ནི་ཤར་ཆོད།
 ཆགས་སྒྲུབ་གི་རྟོག་པ་མཐའ་དག་དབྱིངས་རིག་དབྱེར་མེད་དུ་ལ་བསྐྱབ་པ་ནི་གསང་
 ཆོད། ཅིར་སྒྲུབ་ལམ་དུ་ལྟོངས་པས་སྒྲུབ་སྒྲིབ་བདུད་ཅིར་སྒྲུབ་པ་ནི་སྒྲུབ་ཆོད།
 དངོས་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་འབྱུར་འཛིན་སྒྲིབ་ལ་བཞི་རྟུའི་ཆོད་པ། བདེ་གསལ་
 མི་རྟོག་ལ་སོགས་པའི་ཉམས་ལྗོངས་འཛིན་ཆགས་མེད་པ་ནི་གཏོར་མའི་ཆོད་པ་སྟེ།
 དེ་དག་ཐམས་ཅད་ལ་གྲིའོལ་དུ་དམིགས་རྟོག་དངོས་སུ་བཤམས་པ་ནི་མཚན་མ་རྩམ་
 གྲིམ་ཆོད་པ། ཤར་གི་ཤ་ཁག་བྱོད་དུག་གསལ་སོགས་རང་ལུས་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་དང་
 བཅས་པ་ནི་ཤར་རང་བྱུང་ལྟུན་སྒྲུབ་གྲིམ་ཆོད་པ། གསང་བར་ག་ཤིས་སྒྲིམ་ཆོད།
 གདངས་འགག་མེད་ལྟལ་སྒྲུབ་ཆོག་པ་འཆར་བ་མཐའ་དག་ནི་དོན་དམ་ཡེ་ཤིས་གྲི་
 ཆོད་པ། དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་དབྱུང་བྱའི་ལྟལ། འབྱུང་བྱེད་གྲི་གང་ཟག་
 འབྱུང་བྱུང་འཛིན་དངོས་སོགས་སོ་སོར་མ་སྒྲུབ། གཅིག་ཏུ་ཡང་མ་བསྒྲུས་མིང་དང་
 མཚན་མའི་ཐ་སྟངས་ལས་འདས་ཤིང་ཡིད་དཔྱོད་གྲི་སྒྲོམ་མ་རྟོག་ཆད་གྲི་ལྟལ་དང་བྲལ་
 བདེ་ཁོ་བཞིན་ཡང་དག་དོན་གྲིམ་ཆོད་པའི་མཚན་གྲུ་སྒྲུབ་པའི་དོན་རིག་པར་བྱའིང་།
 བསྒྲོད་པའི་རིམ་པ་ཡང་དེ་བཞིན་དུ། ཡེ་ཤིས་རིག་པའི་ལྟལ་བསྒྲོད་པས་མཉམ་སྒྲུ་
 དང་མ་བསྒྲོད་པས་མི་མཉམ་སྒྲུ་སོགས་ཡོད་པ་མིན་ཅུང་། རང་རིག་དོན་དམ་སྟོང་

སྒྲམ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེད་ཀྱི་དགོངས་དོན་མདོར་བསྡུས་པ་དེས་དོན་སྤྱོད་པོ།

ཉིད་ཀྱི་རོལ་ཅུལ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ནི་ནམ་པར་ཤར་བའི་སྒྲུ་མ་དོག་ཕྱག་མཚན་གྱི་མཚན་
བྱེད་དོན་དང་རྟགས་སུ་མཐུན་པ་བྲན་པའི་ཆེད་དུ་བསྟོད་ཅིང་།

དེ་ནས་འཛབ་ཀྱི་རིམ་པ་ཡང་། རང་གི་དབྱུགས་འབྱུང་འཇུག་གཞུག་གསུམ་
སྟོང་པོ་འབྱུག་སུམ་དུ་ཡེ་ནས་ལྟོན་གྱིས་སྒྲུབ་ཅིང་། དེའི་གངས་ཚད་ཀྱང་ཉི་ཤ་ཁག་
ཕྱགས་ཅེ་ལ་ཉི་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་དུ་ག་བརྒྱུ་རྟག་ཏུ་འབྱུར་བ་དེ་ཉིད་རིག་རྒྱ་ཉམས་ལེན་
པ་ནི་འདི་ཀའི་རང་གཞུང་གི་བསྟོན་པའི་མཚན་ཡིན་ཞིང་། མཚན་མ་སྒྲོས་བཅས་
ཀྱི་འཛབ་ལ་སྒྲོ་ན། རང་ཉིད་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལྟོགས་ཀྱི་དོན་དང་བརྟེན་པར་
བཅས་པ་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་སྟེང་དུ་རྟོ་དམར་གྱི་མཐར་ཐུགས་བྱེད་འཁོར་
བ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་རྒྱལ་བ་ནམས་མཚན་ཅིང་ཐུགས་ཆེ་ལུས་མཐུ་བསྡུས།
འགོ་བའི་ལས་ཉོན་དང་སྒྲུག་བསྒྲུལ་གསལ་བར་དམིགས་ལ།

ཨྱཱ་ཨྱཱ་ཧྱཱ་ཧྱཱ་ བཙོ་གུ་རུ་དེ་མ་རྒྱུ་ལྟོ། སམ་སྟོ་པ་ལ་ཧྱཱ་ཨྱཱ་

ཞེས་བབྱ་བ་ནི་ལས་བྱང་ཆེན་མོ་ཆོངས་པའི་སྒྲ་དབྱངས་ཀྱི་དགོངས་པ་པོ། །
བར་འདིར་ཆོས་སྟོང་བཀའ་སྡུང་གི་རིགས་ཀྱི་གཏོར་ཆོག་གང་དང་གང་བྱེད་ཀྱང་།
བདག་བསྐྱེད་ལྟའི་ནལ་འབྱུར་བསྐྱེད་རྫོགས་དབྱེར་མེད་གོང་བཞིན་བསྒྲོམ་པའི་
དང་ནས། ཆོས་སྟོང་ནམས་ཀྱང་དོ་བོ་རང་རིག་གསལ་སྟོང་དབྱེར་མེད་ཀྱི་དང་ལས།
ནམ་རོལ་གདུག་པ་འདུལ་སྤེར་ཆོས་སྟོང་སོ་སོའི་སྒྲར་སྒྲུང་བ་སྒྲུ་མ་དོག་ཕྱག་མཚན་

ནུམ་ལྟུང་ཆ་ལུགས་ཅིར་ཡང་སྟོན་ཅིང་། མཐུ་སྟོན་བས་དྲག་ཅུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་
དང་ལྟན་པ། ལའོར་ཚོགས་པས་མ་གྱིས་མི་བྱུང་ཅིང་གྲངས་མེད་པས་བསྐྱོར་བ་ནུམ་
རང་གི་མཐུ་དུ་བྱོམ་ཚོགས་པ་ལྟར་བཞུགས་པ་ལ། ཏིང་པེ་འཛིན་གྱི་འདུའཕྱོམས་
བྱུང་བའི་གང་ལ་ཅི་འདོད་ཀྱི་མཆོད་གཏོར་རྒྱ་ཆེན་ལུལ་བས་མཉེས་ཤིང་ཚོམས་ནས།
བདག་གི་ཇི་ཏྲ་བ་ཅོལ་བའི་སྤྱོད་ལས་ཐམས་ཐོགས་པ་མེད་པར་བསྐྱབ་པར་མོས།

དེ་ནས་ཚོགས་ལའོར་ཡང་། ཕྱི་ལྟར་སྤྱིང་བཞི་རིམ་ལ་སོགས་སྟོན་བཅུད་
ཐམས་ཅད་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་པོར་ཡེ་ནས་ལྟུན་གྱིས་གྲུབ་པ་དང་། བད་ལྟར་ལུས་སོག་
ལོངས་སྟོན་འདོད་ཡོན་ལྷན་སོགས་ཡོ་བྱད་ཀྱུན་དང་། གསང་བར་སེམས་ཀྱི་འདུའཕྱོམ་
ཐམས་ཅད་ཚོགས་ཀྱི་དངོས་པོར་མ་གྱུར་པ་མེད་ལ། མཆོན་པ་རྩལ་གྱི་ཚོགས་ནི་
འབྱུར་ན་བཟའ་བཏུང་གོས་རྒྱན་སོགས་འདོད་ཡོན་གྱི་དངོས་པོ་ཅི་འབྱུར་ཐམས་ཅད་
བཤམས་ཤིང་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོད་པར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ནས་འབུལ།
མ་འབྱུར་ནས་རྩོམ་སོགས་ལའང་རུང་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་སྟོན་གྱི་འཛིན་ཏིན་ཚོགས་
གཞོད་དུ་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཚོགས་རྩལ་སྤྱོད་གྱིས་བསྐྱབས་པ་སོགས་མདོར་ན་
ཐམས་ཅད་ཏིང་པེ་འཛིན་གྱི་བྱེད་ལས་ལ་རག་ལས་པ་མ་གཏོགས་ཤིང་ཟན་གྱི་
ཡོ་བྱད་ཅུམ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བརྗོད་པ་དང་ལྟོས་པ་ནི་མ་ཡིན་པས་དེ་ཏྲ་བའི་
གནད་ཤེས་པར་བྱ། བསྐྱལ་དང་ཆད་མདོ་གཏོར་སྟོང་སོགས་ཀྱང་བདེ་དོན་ཁོ་ན་
ལས་མ་འདས་པ་ནི་འདི་སྐབས་ཀྱི་བྱེད་པར་བའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཚུལ་ནི་གཞུང་།

སྒྲུབ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལས་གཞུང་མེ་རྟོག་སྤྱི་དགོངས་དོན་མདོར་བསྡུས་པ་དེས་དོན་སྤྱི་དོ།

ཉིད་ཀྱི་ཚིག་ཁོ་ནས་ཤེས་ཀྱི། ཀྱུན་རྫོབ་ཨ་འབྲས་སུ་བོན་ཚོག་མདོས་བྱེད་ལྟ་བུ་
འི་མ་ཡིན་ནོ། །རྫོགས་རིམ་བསྡུ་བ་ཡང་ནམ་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་སུ་སྤང་བ་ཐམས་
ཅད་རང་ལས་བྱུང་ཞིང་རང་ལ་ཐིམ་པ་ཚུ་དང་སྒྲུབས་སམ་ནམ་མཁའ་དང་སྒྲིབ་གྱི་
དབུས་རྟོགས་པར་བྱ་ཞིང་། མ་བཅོས་སྒྲིས་མེད་དུ་མཉམ་པར་བཞག་ལ།
རྫོགས་ཐོབ་སྒྲུལ་ལྟ་བུའི་རང་ནས་གཞན་དོན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོས་བསྐྱོབ་
ལམ་གྱིས་རྒྱས་གདབ་པར་བྱའོ།

མདོར་ན་ལས་གཞུང་འདི་ནི་ཨ་རུ་དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མེད་རྫོགས་
པའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་སྟོན་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་རྒྱུད་སྤེལ་ག་དང་། མ་རྩ་ཡོག་
སོགས་ཀྱི་རིགས་འདྲ་དང་རྒྱས་འགོ་བས་བྱེད་རྒྱ་འི་མ་ཡིན་ཞིང་། ཚུལ་འདི་དག་སྒྲོར་
མི་ཤོད་བའི་སྐྱེ་བོ་དག་གིས། །འདི་ནི་མི་འཐད་དོ། །འདི་ནི་མི་འཐད་དོ། །འདི་ནི་
མཚུངས་སོ། །འདི་ནི་མི་མཚུངས་སོ། །

ཞེས་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་ནམ་པར་རྟོག་པ་མང་པོས་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ནི་བསྐྱེད་
རྫོགས་བྱུང་འདུག་དོན་དམ་པའི་སྤྱི་དོན་གཞན་གསལ་ཚུལ་བཞིན་དུ་མ་རྟོགས་པའི་
སྐྱེ་བོ་ཁོ་རང་ཟད་ལ། རྣམ་འབྱོར་དམ་པ་ནམས་ཀྱི་སྒྲོ་རོར་ནི་མེ་རྟོག་སྤྱི་དགོངས་ཅམ་
དུ་མ་ཟད་སྤང་སྤྱིད་འཁོར་འདས་ཀྱིས་བསྡུས་པའི་ཚོས་ཐམས་ཅད་རང་བྱུང་རིག་པའི་

སྒྲོང་དུ་མ་འདུམ་པ་དུལ་སྤྱ་རབ་ཅམ་ཡང་མེད་པ་ནི་རྒྱལ་བ་ཀུན་གྱི་དགོངས་བཞེད་
གཅིག་ཏུ་མཐུན་པ་དོན་དམ་པའི་བདེན་པའོ།

འདི་བྱིས་དག་བསམ་མ་ལུས་སྒྲིའོ་གྲུབ།

ཐ་སྙད་ཆོག་གི་རྩྭ་པས་མ་བསྐྱད་པར།

ཡང་དག་ངས་དོན་སྒྲིང་པོ་མ་དོན་སྒྲུར་ཏེ།

གདོད་མའི་སྒྲོང་དུ་གཏུག་སྤྱིད་ཟེན་པར་ཤོག།

ལས་བྱང་མེ་ཏོག་ཐོང་མཛེས་ཀྱི་དགོངས་དོན་མདོར་དེལ་བ་འདི་ཉིད། འཇང་ཞབས་ནས།

སྤྱབ་མཆོག་ཆོད་བད་དོན་འབྱུང་གིས་བསྐྱུལ་བར་མཛད་པའི་དོར། སྤྱོད་གསུང་རང་གོལ་གྱིས་གནས་ཆེན་དུར་

ཁོད་མགོ་དགུའི་རི་བོའི་སྒྲོང་། སྤྱབ་ཐོར་བུ་བཅུགས་པའི་ཡང་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པའོ། །སྤྱུ་མཆོག་ལོ།



རིག་འཛིན་རྩ་སྒྲིང་པའི་གཏེར་ཁ་

ཡུར་པ་ཡང་གསལ་བྱ་མེད་ཀྱི་

བསྟེན་སྒྲུབ་དམིགས་རིམ་

ཟིན་བྲིས་ལགས་སོ།།



ལྷོ དཔལ་ཆེན་དོན་ཅི་གཞི་འཁུལ་བཟུང་ནས།
 དེ་ཡི་སྐྱབ་པའི་རིམ་པ་མདོར་བསྐྱུས་ཅི།
 དབེན་ཁིང་ཉམས་དགའི་གནས་སྐྱུ་མཆོམས་བཅད་ལ།
 འབྲུ་ཡི་ཆོམ་བྱ་གཅིག་མཐར་བཅུ་ཡིས་བསྐྱོར།
 དབྱས་སྐྱུ་མེད་སྐྱུར་མཐའ་མར་མཆོད་གཏོར་རིགས།
 ཇི་ལྟར་འབྱུར་བ་ཤམས་སྐྱབས་སེམས་སྒྲོལ་བཟང་ལ།
 སྒྲོང་ཉིད་དང་ལས་རང་རིག་ཡི་གེ་རྩྱུ།
 མཐིང་ནག་གཅིག་གི་རོལ་ཅུལ་ཆོའ་སྐྱུལ་ལས།
 དུར་ཁྲོད་འཇིགས་པའི་གཞལ་ཡས་སྐྱུང་གུར་བཅས།
 དེ་དབྱས་བཟུང་བཞི་པ་དེ་ཉིད་རྩྱུ་དེ་བབས།
 འོད་འཕྲོས་སྐྱུལ་བ་མཆོད་ཅིང་གདོལ་ཆར་བཅད།
 ཚུར་འདུས་ཡོངས་གུར་བདག་ཉིད་དཔལ་ཆེན་སྐྱུ།

མཐིང་ནག་གཡས་དཀར་གཡོན་དམར་ཕྱག་རྒྱ་གཡི།

གཡས་གཉིས་དེ་མེ་ཕྱོད་དཔྱུ་ཕྱོད་དང་།

གཡོན་གཉིས་མེ་དབུང་ཆེ་དང་ཁ་འྲོ་ག།

འོག་མ་གཡས་གཡོན་ཐལ་སྒྱུར་སྒྱུར་བྱེད་པ།

ཞབས་བཞི་བརྒྱུད་སྒྱུ་མཐུང་དུར་ཁྲོད་ཆས་ཀྱིས་བཟོ་དང་།

ཡུམ་ཆེན་མོ་སྒྱུ་མུ་ལྟུང་ཐོད་ཁག་བསྒྱུ་མས།

གཉིས་མེད་འབྲིལ་སྒྱུར་གར་དཔྱུ་འཁྲུག་ལྟུང་པའི།

དབུལ་བར་རྩྭ་ཀར་དབུང་གཡས་ནམ་པར་རྒྱལ།

དབུང་གཡོན་དབུག་སྒྲོལ་མཁྱིལ་པར་རྟ་མཆོག་དཔལ།

ཐུགས་ཀར་གཤེན་མེ་ལྟོ་ཐོང་བདུད་རྩི་འབྲིལ།

ལྟོ་བར་མི་གཡོ་བཟླ་གཡས་འདོད་པའི་རྒྱལ།

བཟླ་གཡོན་ཁམས་གསུམ་གསང་བར་སྟོབས་པོ་ཆེ།

ཀྱུན་གྱང་མཐིང་ནག་གཡས་གཡོན་དཀར་དམར་ཞལ།

ཕྱག་རྒྱ་འོག་གཉིས་སྒྱུར་འདྲིལ་གོང་མ་བཞི།

མཆོན་ཆ་སྒྲོལ་གསའཛིན་ཞིང་ཡུམ་ནམས་ཀྱང་།

མཐིང་སྒྲིབ་བྱ་ཐོད་ཁག་འཛིན་པར་བསྒྱུར།

ཀུན་གྱི་གནས་གསུམ་འབྲུག་གསུམ་འོད་འཕྲོས་པས།
 མངས་རྒྱས་བྱང་ཐེམས་ཡེ་ཤེས་ཐེམས་དཔའི་ཚོ་གས།
 རྒྱུན་བྲངས་དབྱེར་མེད་ཐིམ་ཁིང་སྐར་འོད་འཕྲོས།
 རིགས་ལུས་དབང་བསྐྱར་དངོས་གྲུབ་རྩྱལ་མཛད་པའི།

རིགས་ལྔའི་ལྷོ་ཆོག་སྐུ་བྱེད་དབུ་བསྐྱེད་བསམ་ལ།
བདག་གི་ཐུགས་ཀར་ཉི་ལྷེད་དོ་རྩེ་བོ།
ཆོན་གང་ལྟོ་བར་རྩྱུ་མཐིང་མཐའ་སྒོར་དུ།

ཨོ་བཏྲ་གི་ལི་གླིང་ཡ་མར་བི་སྒྱུན་བེད་ཅུ་པར་།

བུ་རྩེ་མེད་པ་ལྟ་བུ་འཁོར་དམིགས་བཟུང་།
མཛུགས་གྱི་དཀྱིལ་འཁོར་མེད་མུར་བཅས་པ་ལའང་།
བདག་བསྐྱེད་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་བསྐྱོམ་བྱ་གིང་།
བདག་ཉིད་ཐུགས་ལས་འོད་འཕྲོམ་མཛུགས་བསྐྱེད་ཀྱི།

ཐུགས་ཀའི་རྒྱལ་ལ་ཕོག་པས་དེ་ལས་འདྲ།
 དཔག་མེད་འཕྲོས་ནས་རྒྱལ་ཀྱི་འཕྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ།
 འབྱུལ་བྱུལ་ཚུལ་དུ་ཚུལ་བསྐྱས་བདག་ལ་ཕྱི།
 བཞོག་ཐུབ་དངོས་ཟུབ་ཐོབ་དམིགས་འབྱུལ་བྱུལ་བཟུལ།

ཐུག་མཆོད་རྟེན་དང་འཕྲུང་དང་གདོད་བྱུང་རྟགས།

སྒྲོལ་གསལ་འཆར་འབྱུང་ཁེབ་འཛིན་མེད་པ་གནད།
 བསྟོན་ཐེམ་སྒྲུབ་པའི་དམིགས་པ་འདི་ལྟར་བྱ།
 བདག་མཉུན་དམིགས་རིམ་གཞན་ཀྱང་གོང་བཞིན་ལས།
 བདག་གི་ཐུགས་ཀའི་སྒྲགས་སྤེད་ཞལ་ནས་ཐོབ།
 མཉུན་བསྐྱེད་ཞལ་ཞུགས་སྒྲུ་ཡི་དབྱིབས་བརྒྱད་ནས།
 རྟོ་བ་ནས་ཐོབ་བདག་བསྐྱེད་རྟོ་བར་ཞུགས།
 དབྱིབས་བརྒྱད་སྒྲར་ཡང་ཞལ་ནས་གོང་བཞིན་བརྒྱད།
 དེ་ལྟར་མགལ་མེ་ལྟར་བསྐྱར་དེ་ལས་འོད།
 སྤྱིར་འཛོམས་གདུག་པའི་བཅད་སྟོན་ལས་བཞི།
 ཐོགས་མེད་འབྱུང་བས་མ་དེ་ཡིས་སྒྲགས་འདི་བཟ།

ཨྱ་བཟླ་གི་ལི་གི་ལ་ཡ། རྩེ་བྱི་བྱི་ཀ་ཏེ་ཀ་ཏེ། རྩེ་བྱི་བྱི་ཡ།
 ཨྱ་.....ཨྱ་མས་རྩེ་དག་པར་བཤད། རྩེ་ཏེ་ཨྱ་པ་རྩེ་ཏེ། ལྷ་རྩེ་བྱི་བྱི་མཉུན་ལྷ།
 སྤྱི་བྱི་བྱི་བྱི་བྱི་པར།

འབྱུང་མཉུན་ལྷ་བྱི་ལྷ་.....སྒྲུ། བྱི་བྱི་སྒྲུ་བྱི་ལྷ་བྱི།
 དེ་ནས་ལས་སྐྱོར་དམིགས་པ་འདི་ལྟར།
 བདག་ཉིད་ཡལ་གྱི་ཞལ་ནས་སྒྲགས་སྤེད་ཐོབ།
 དུམ་གྱི་ཞལ་ཞུགས་གསང་བའི་པར་བྱོན་ནས།

བདག་གི་གསང་དོན་སྐྱབ་བརྒྱུད་སྐྱར་ཞལ་འཕྱོམ།
 དེ་ལྟར་འཁོར་དམིགས་འོད་འཕྲོས་གོང་ལྟར་ལས།
 སྒྲིབ་ལས་ཇི་ལྟར་འདོད་པ་འབྱུང་དམིགས་ཤིང་།
 བློ་ཚོ་གཅིག་གིས་ངེས་པར་འབྱུང་པར་གསུངས།

དེ་ལྟར་བསྐྱེད་སྐྱབ་ལས་སྐྱོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི།
 ཐུན་འཛིག་དུས་སུ་བདག་ལ་དུམ་ལྟོ་ཚོགས་ཀྱི།
 བདག་ཐུགས་རྩྱལ་བསྐྱེད་ཞིང་དེ་ཉིད་ཀྱང་།
 དམིགས་མེད་རྒྱས་གདབ་སྐྱར་ཡང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི།

སྐྱོད་ལམ་ཀུན་ཏུ་ལྟ་ཡི་དུམ་ལྟ།
 དག་ཀུན་འཕྲོལ་བསྐྱེད་ཞིང་སེམས་བསྐྱོད་བསྐྱོལ།
 སྐྱབ་སྐྱར་ལུས་ལ་འབྲལ་ཞིང་བཅང་བར་བྱ།
 དེ་ལྟར་འདི་ནི་གསང་སྐྱབ་མོར་བཞག་ཉིད།
 གོ་བཤེར་བཀོད་པའི་དགོ་བས་འཕྲོ་ཀུན་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ཚོས་ཉིད་ལ་མེས་པའི་རྒྱལ་འབྱོར་གྱི་ལྟ་བུ་སྐྱེས་བསྐྱུལ་དོར་བཀོད་པའོ། །ལྟ་ལོ།

ཡི་དམ་གཉིབ་པོ་ལྟ་གསུམ་གྱི་

སྒོམ་བཟླས་ཟབ་མོ་

བཞུགས་སོ།



ལྷོ་སྐྱུ་སྐྱུ་བཅས་ལ་བརྟུང་ནས།
 ཡིད་ལྷོ་གསུམ་བསྐྱེད་ཤོད་གང་།
 སྐྱབས་སེམས་ཚད་མེད་བཞི་བསྐྱེད་ལ།
 སྐྱེད་ཅིང་དེ་བཞི་བཅིང་དང་ནི།

 གུ་རྒྱ་སྐྱེད་ལ་གྲོ་ལ་སྐྱེད་ཤིང་བསྐྱེད་ལ།
 རང་རིག་སྐྱུ་ཡི་ཡི་གེ་རྫོང་ས།
 མཐིང་ནག་ཅིག་ལས་ཨེ་ཡི་རྩ།
 སྐྱུ་ཀོ་ལྷོ་ལ་སྐྱེད་ཤིང་སྐྱུ་ར་པས།

 བཀ་མཁའ་རྒྱུ་སྐྱེད་ཤིང་གཞི་དང་།
 རི་རབ་དེ་སྐྱེད་གཞི་ལ་ཡས་ཁང་།
 མཚན་ཅིང་གུ་རྒྱ་སྐྱེད་ཤིང་དབུ་སྐྱེད་ལ།
 ལ་ཁོར་ལོ་མཐིང་གཞི་བསྐྱེད་ཤིང་།

 སྐྱེད་ཤིང་མཐིང་གཞི་བར་པུ་སྐྱེད་ལ།
 ཅི་སྐྱེད་ཤིང་གཞི་བར་ཤིང་སྐྱེད་ལ།
 མཐིང་ནག་དེ་བསྐྱེད་གཞི་བསྐྱེད་ཤིང་།
 བདག་ཅིང་ལྷོ་མཐིང་མཐིང་ལ་རམ།

 ཞལ་གཞི་སྐྱེད་གཞི་སྐྱེད་ཤིང་སྐྱེད་ཤིང་།
 མཐིང་སྐྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་ཤིང་ལ་རམ།

ཞལ་དྲྭ་སྤྱལ་གསོལ་མཇུག་མཁལ།
འདྲོར་སྤྱབས་ཞབས་ཀྱིས་མཐུན་ཅིང་བརྟེན།

ཕྱག་ཞབས་སྤྱལ་བརྒྱུན་ནི་ལྟ་གྱི།
གཡས་གཡོན་སྤྱལ་རིགས་ལྟ་ལྟོ།
རྟ་མགོ་ལྟོང་ལྟོང་རྟ་སྐད་ཀྱིས།
ཁམས་གསུམ་ཟིལ་གཞོན་དབྱ་གཙུག་འཛོར།

དེ་སྟོང་སྤྱལ་བའི་བྱུང་དཀར་གྱི།
སྒྲོ་གཤོག་སྤྱུ་གྱི་མེ་འབར་ལྟོང་།
བདག་ཉིད་ཐུགས་ཀར་བདེ་ཉི་ལ།
ཕྱག་རྟོན་མཐོང་ནག་ཁྲོ་གཏུམ་གཡས།

རྟོ་རྟོ་འཕུར་ཞིང་གཡོན་བཡིས།
སྤྱི་བྱུང་ཀླུ་ར་བརྟེན་འདྲོར་སྤྱབས་བཞེངས།
རང་གི་རྩྱགས་བཞི་འཁོར་ལོ་ཡི།
རྩྱབས་བཞིར་རིགས་བཞིའི་ཀླུ་སྤྱལ་གྱི།

དཀར་མེར་དམར་ལྗང་ཞི་བའི་ཚུལ།
ཐལ་སྤྱུར་སྤྱལ་མཇུག་ལྟོན་བའི་ཞལ།
ནང་དབྱ་གཙོ་ལ་བལྟ་བར་བསྐྱེད།
བདག་ཉིད་ཐུགས་ཀའི་ཉི་སྟོང་རྩྱེ་

བྱ་ཐུང་ཁྱོད་དང་ཕྱག་རྩེར་རྩྭ་།

ནྱེས་སྐྱོད་དང་གནས་སྐྱོད་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

འོད་འཕྲོས་ལེ་ཤེས་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་ལྟ་བུ་།

སྐྱོད་ལྟ་བུ་འོད་འཕྲོས་དང་བཅས་ལྟ་བུ་།

སྐྱོད་དང་སྐྱོད་དང་བསྐྱོད་རིགས་ལྟ་བུ་།

སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

འོད་འཕྲོས་སྐྱོད་བཅས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

སྐྱོད་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

གསལ་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

ནྱེས་སྐྱོད་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་། ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

གསལ་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་།

སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་སྐྱོད་།

ཡི་དམ་གཉེན་པོ་ལྟ་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་བཞུགས་ཟབ་མོ།

ལས་སྒྱུར་དམིགས་པའི་ཁ་བསྒྱུར་ནི།

བསྐྱེད་རིམ་གཞན་ནི་སྤར་ལྟར་ལས།

བདག་གི་སྒྱུ་ཡི་བསྐྱེད་ཁུང་།

ཀླན་ནས་མེ་ཡི་ཚེ་དང་།

མཚོ་ནོར་སྒྲོལ་གས་སྒྲར་ལྟར་འབྲུགས།

སྒྲན་ནས་སྒྲོང་གསུམ་གདབ་ཡི།

འབྲུག་སྒྲིམ་ས་བདག་ཀྱི་གཉན་སྒྲིམ།

ཤངས་ནས་རྒྱུད་ནག་འཚུབ་མ་ཡིས།

གདུག་པ་ཅན་ནམས་གཏོར་ཁིང་བརྒྱགས།

ཁལ་ནས་སྒྲགས་ཀྱི་དཔོན་མཐུ་དང་།

མེ་དཔུང་མཚོ་ནོར་འཕྲོ་ཆར་གྱིས།

བྱེད་ལྟ་བསྒྱུབ་ལ་གཞོན་པའི་གདོན།

གདུག་པ་མཐའ་དག་གཞོབ་ཏུ་བསྒྲིག།

ནམ་ཤེས་ཚེས་དབྱིངས་བསྐྱེད་པར་དམིགས།

སྒྱུབ་པའི་སྒྲགས་འདི་ཁྱིམ་གསལ་བཟ།

ཨྱི་ལྷོ་པདྨ་ཏ་ཀྱི་ཏྲཱི། བཛྲ་མ་རྩྭ་ཏྲཱི་ཡེ་པྱི་ཏྲཱི། ཨྱི་ཨྱི་པའི་མྱིང་མྱིང་ཨྱི་

མ་རྩྭ་ཏྲཱི་པདྨ་ཏྲཱི་ཡེ་པྱི་ཏྲཱི། ཨྱི་བཛྲ་མ་རྩྭ་ཏྲཱི་ཡེ་པྱི་ཏྲཱི་ཨྱི་ཨྱི་པའི་

ཡ་ཤར་ཆེལ་ཆེལ་པ། དུམ་བུ་དུམ་བུ་རྩྱུ་ཤར་ ཨོྲི་ལྷོ་བ་རྟ་ར་བཟོ་བ་
 རྩྱུ་ཤར་ ཨོྲི་བཟོ་ཅན་མ་རྟ་རྩྱུ་ཤར་ ཨོྲི་བཟོ་རྟ་ལ་རྟ་རྩྱུ་ཤར་
 དམ་ཨོྲི། སའི་རྩྱུ་ཤར་

དེ་ཆོ་ཆོ་འབྲུལ་སྒྱུར་གྱི་ཚུལ།

ཅི་ལྟར་བྱང་ཡང་ཡང་དང་།

འཁུ་འཕྲིག་མི་བྱུང་མས་ཅད་ཀྱང་།

རང་སེམས་འཆར་སྒྲུབ་ཐོབ་པ་བཅད།

འདི་ལྟར་ལྟ་བུ་སྤྲུལ་བ་ཅིག་དེལ་གྱི།

ཉམས་ལེན་ཟབ་པའི་མཐར་ཐུག་འདིས།

བར་ཆད་ཀྱི་བསམ་མཆོག་ཐུན་གྱི།

དངོས་གྲུབ་མ་ལུས་བདེ་བླག་ཐོབ།

ལས་འབྲེལ་རྩལ་གྱི་གཏོར་གཞུང་ལས།

འཕྲི་བསྟན་མེད་པར་རྒྱུན་ཁྲིར་དུ།

བཀོད་པའི་དགེ་བས་འབྲོ་བ་ལྟོན།

དཔལ་ཆེན་སྐུ་དང་དབྱེར་མེད་ཤོག།

ཅེས་པ་འདི་ཡང་ནམ་མཁའ་ནི་རྣལ་འབྱོར་ཚུལ་གྱི་མཁས་བཟང་པོས་བསྐྱལ་བ་ལྟར། བ་བྱང་

ཆོས་དབྱིངས་ཅུར་བཀོད་པ་ལྷོ།

ཕུག་དོར་སྟོབས་པོ་ཆེའི་ཉམས་ལེན་

སྐྱོན་བྱེད་ཟིན་བྲིས་

བཞུགས་སོ།



བད་འག་དོར་ཅེ་དགུ་རྩེ་གི་མཆོད།
 དེ་ལས་འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་ཀུན་མཆོད་ཅིང་།
 འགྲོ་བའི་རྒྱིབ་རྒྱུད་ས་གཏུག་པ་ཅན་ནམས་བརྟལ།
 འོད་ཟེར་ཚུར་འདུས་ཡོངས་གྱུར་སྐད་ཅིག་གིས།
 བདག་ཉིད་ཕུག་དོར་གཏུམ་རམ་མཐིང་ནག་མདོག་།
 ཞལ་གཅིག་ཕུག་གཉིས་སྒྲུབ་གསུམ་སྒྲིབ་པ་བྱེད་པས།
 ཕུག་གཡས་དོར་ཅེ་འཕྲུལ་ཁིང་གཡོན་པ་ནི།
 ལྷག་སྒྱུ་ཞག་ས་པ་དང་བཅས་སྒྲིག་མཛུབ་མཛད།
 དར་སྟོན་སྟོན་གཡོག་སྟོན་ལྷག་ས་ཤམ་ཐབས་དང་།
 ཕུག་ཞབས་སྒྱལ་དང་འཛིན་གཏུབ་བྱས་བརྒྱུན།
 ཐོད་སྐྱམ་འགྲོ་སྒྲིབ་དབྱེད་བརྒྱུན་པལ་པ་འབར།
 གཡས་བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱུད་ས་མེ་དབྱུང་གྲོང་བཞུགས་པ་ནི།
 སྟོགས་བཞིའི་རྩིབས་ལ་ཕུག་དོར་འགྲོ་བཞི་ནི།
 དཀར་མེར་དམར་ལྗང་ཆ་ལྷག་ས་གཙོ་དང་མཐུན།
 སྒོ་བཞི་རྩིབ་པ་མེད་སྒྱལ་གདོང་ཅན་ཡང་།
 སྟོགས་མདོག་ལྷག་ས་ཀྱི་ཞག་ས་པ་ལྷག་ས་སྒྲིག་རིམ།

དེ་ལྟར་ལ་ཁོར་ཚོགས་ནམས་ཀྱང་རང་རིག་གི།
 རྩལ་མཛད་ས་ཉི་དང་ཟེར་བཞིན་ཤུགས་འབྱུང་བསྐྱེད།
 གཙུང་པོའི་སྒྱི་བོར་ཟླ་སྟོང་ཨོྲ་དཀར་དང་།
 མཁྱིལ་པར་བརྒྱའི་སྟོང་དུ་ཨྲུང་མར་པོ།

 ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་སྟོང་དུ་རྩྱུ་མཐིང་ནག།
 རྩྱུ་གི་མཐའ་བསྐྱོར་སྒྲགས་ཐེང་བསྐྱོར་བ་ལས།
 འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་མེམས་དཔའ་སྒྱུ་བྱེད་ས་བསྟེམས།
 སྒྲར་ཡང་འོད་འཕྲོས་བདེ་ག་ཤེགས་དབང་གི་ལྟ།

 རིགས་ལྷ་སྒྱུ་བྱེད་ས་བུམ་པས་དབང་བསྐྱུར་ཞིང་།
 རྩྱུ་གི་ཡར་ལུད་མི་བསྐྱོད་པས་མཚན་གྱི་རྩྱུར།
 ཐུགས་ཀར་ས་བོན་སྒྲགས་ཐེང་བསྐྱོར་བ་ལ།
 འདུན་པ་གཏད་ཅིང་གསལ་སྟོང་དང་ཉིད་ལས།

 ཨོྲ་བཙུང་ཙན་མ་རྩྱ་རོལ་ཏུ་ལྟུང་པར་
 བསྟེན་བའི་སྒྲགས་འདི་འབྱུང་བུམ་བཟླ་བྱ་ཞིང་།
 ས་བོན་སྒྲགས་ཐེང་ནམས་ལས་འོད་ཟེར་ཚོགས།
 ཡར་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་ཀུན་མཆོད་ལུས་བྱིན་ནམས།

བདག་ལ་ཐིམ་ཞིང་མར་འཕྲོས་འཕྲོ་དུག་གི།
 སྤྲིག་སྒྲིབ་སྒྱུ་དཔལ་ལྡན་བདེ་ལ་བཀོད་པར་དམིགས།
 རྒྱུ་མཆོམས་མཆོད་བརྟེན་བྱ་ཞིང་སྤྲོད་བཅུད་ཀྱི།
 རྒྱགས་ཀའི་རྩྱལ་ཐིམ་ཞིང་རྩྱུ་ཉིད་ཀྱང་།

མི་དམིགས་སྤྲོད་པའི་རྒྱལ་གདབ་དག་བ་བསྒྲོ།
 སྤྲུལ་ཡང་རང་ལུས་ལྟ་ཡི་དར་བྱུ་ལ་གྱིས།
 ཅིར་སྤྲོད་སྤྲུལ་མར་རེལ་བ་སྤྲོད་ལམ་བྱ།
 འདི་རྟུང་འབད་པས་དངོས་ཉམས་མི་ལམ་གྱི།

རྟུགས་བྱུང་ཆོ་བ་སྤྲུབ་དང་ལས་སྤྲོད་སྤྲུགས།
 གཅིག་རྟུ་ཤིལ་བ་འདི་ཉིད་སྤྲུལ་འབྱུང་བ་ལྟ།

ཨོ་བཟླ་ཅན་ལྟ་བུ་རྩྱུ་ལྟ་བུ་ཨོ་བཟླ་ཅན་ལྟ་བུ་རྩྱུ་ལྟ་བུ་ཨོ་བཟླ་ཅན་ལྟ་བུ་
 འདི་རྟུ་དམིགས་པ་བདག་ལུས་གཞས་ལྡན་དང་།
 བསྤྲོད་བྱུག་ཀྱི་ལས་ཁྲོ་བའི་ཆོག་སྤྲོད་པ།
 དཔག་མེད་ཆོམ་རྟུ་བྱུར་འཕྲོས་པ་ཡིས།
 གཞོད་བྱེད་ཆོག་སྤྲུལ་རྟུ་བྱུ་བསྤྲུག་པར་བསམ།
 དམིགས་པ་གཞན་ལྡན་གོང་དང་མཆོད་པ་ཉིད།

རྩེ འདི་ལས་རྒྱལ་པ་སྒྲུབ་པ་དངོས་བྱེད་ན།
 ད་ཀྱི་ལ་འཁོར་ཡོངས་རྩོགས་བྲིའམ་ཚོམ་བྱ་ནི།
 དབུས་སུ་གཙུག་དང་མཐའ་སྐྱོར་བཞི་བཀོད་ཅིང་།
 དེ་རྒྱབ་བཞི་བཀོད་དེ་དབུས་བྱམ་པ་བཤམས།

 གཤམ་སུ་སྒྲུབ་གཟུགས་གཡེན་དུ་གཏོར་མ་དང་།
 མདུན་དུ་སྒྲུབ་བྱམ་ཐའ་སྐྱོར་སྒྲུབ་རག་གཏོར།
 མཚོད་པས་བསྐྱོར་བཤམས་དམིགས་པའི་རིམ་པ་ནི།
 བདག་བསྐྱེད་གོང་བཞིན་བྱམ་པ་ད་ཀྱི་ལ་འཁོར་བཅས།

 གཤམ་ལས་ཡོངས་རྩོགས་ཉིད་བསྐྱོམ་ལྟ་ཚོགས་ནམས།
 བདག་བསྐྱེད་ཇི་བཞིན་བྱ་ཞིང་ཡེ་ཤེས་པ།
 རྒྱན་དངས་བསྐྱེད་དང་དབང་བསྐྱེད་རྒྱལ་གདབ་སོགས།
 བདག་བསྐྱེད་དང་མཐུན་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་བསྐྱེད།

 བདག་ཉིད་ཐུགས་ལས་འོད་ཟེར་མར་འཕྲོས་པས།
 མདུན་བསྐྱེད་བྱམ་བསྐྱེད་གཙུག་འཁོར་ཐུགས་རྒྱུད་བསྐྱེད།
 དེ་དག་ནམས་ལས་འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་བ་མཚོད།
 བྱིན་རྒྱུ་པས་ལུས་མཐུ་བསྐྱེད་ནས་བདག་མདུན་གྱི།

གནས་གསུམ་ཐིམ་པས་གཟི་བྱོབ་འབར་བསམ་ལ།
 ཅུ་བའི་སྒྲགས་དང་ཤམ་བྱུ་འདོགས་ཚུལ་སོགས།
 བསྟེན་ཏུས་དང་མཚུངས་ཏྟགས་འཐོན་བར་དུ་བསྒྱུབ།
 སྒྱུབ་པ་ཐོབ་ཆོ་སྒྲི་དང་བུམ་གཏེར་ནམས།
 རང་གི་གནས་གསུམ་གཏུགས་ལ་དངོས་སྒྱུབ་བྱངས།
 ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་རང་གནས་གཤེགས་པའམ།
 ཡང་ན་སྒྲི་གཟུགས་དེལ་བསྟིམ་པར་བྱ།
 དམ་ཆོག་པ་ནམས་རང་གི་ཐུགས་ཀར་བསྒྲུ།
 སྒྲི་དང་སངས་ལྷུང་རང་དང་འབྲལ་མི་བྱ།
 འདིས་ནི་དབང་དང་ལས་མཐའ་ལ་སོགས་པ།
 གཤམ་དོན་རྟེན་ལྟར་འདོད་པ་འབྲུབ་པར་འབྲུར།
 དེ་ལྟར་བདག་མདུན་བསྟེན་སྒྱུབ་གང་དང་གང་།
 གྲུབ་ལ་རང་རིག་སྟོང་ཉིད་དོན་རྟེན་གས་པའི།
 གསལ་སྒྲིང་གདངས་ཉིད་ལྟ་སྒྲགས་གསལ་བ་ལས།
 ཨ་འཐས་འཛིན་པས་བཅིང་བ་མ་ཡིན་པར།
 གསལ་སྟོང་རྒྱུད་འཇུག་དང་ནས་ཡེངས་མེད་སྒྲིང་།

གནས་སྐབས་པན་གཞོན་ལས་ཚོགས་ཅམ་སྤྱིར་དུ།
བསྐྱབས་ཀྱང་རེ་དོགས་གཟེབ་ལས་མ་སྒོལ་བས།
ང་བདག་འཁོར་པོ་ལྷུགས་ནས་མ་འཐོན་པ།
ཚོ་གཅིག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་ནས་ཉེ་བར་དཀའ།

བསྐྱེད་རྫོགས་དབྱེར་མེད་བྱུང་བདག་སྒྲོང་ཡངས་ནས།
བསྐྱེམ་མེད་ཡེངས་མེད་དོན་གྱི་བསྐྱེད་སྐྱབ་མཚོགས།
མཐར་སྤྱོད་སྤྱིང་པོའི་གོ་འཕང་ལ་རེག་ཚོ།
སྤྱོད་མེད་དངོས་གྲུབ་མི་འདོད་ཆར་བཞིན་འབབ།

དེ་སྤྱིར་གདམས་པའི་གནད་འདི་ལྟག་པར་གཅེས།
འདི་བྱིས་དགེ་བ་དཔག་ཡས་གོང་འཕེལ་བའི།
མཐུ་ཡིས་འགྲོ་ཀླུ་རྩི་རྩི་འཛིན་ཐོབ་ཤོག།

འིག་འཛིན་ཆེན་པོ་གཤམ་གྱི་དབང་ལྷན་གཉིས། ཡེང་པ་རྩི་འཕྲུག་ནས་གདན་དྲངས་པའི། ལྷན་ན་
རྩི་སྤྱོད་པོ་ཆེའི་བསྐྱེད་སྐྱབ་འཕལ་གདམས་སྤྱོད་རྒྱུད་མ་འདི་ཐི་མཚུངས་མེད་སྐོས་སྒྲིག་པ་སྤྱོད་སྐྱིས་རྒྱལ་མཚན་
གྱིས་མཛད་པ་ལས། སྤྱིར་ལྷན་གྱི་བོད་དེར་བྱས་པ་ཞིག་དགོས་ཞེས། འཚོ་མཛད་འགྲོ་པ་ལྟ་སྐོས་གས་
འགའ་ཞིག་གི་བསྐྱེད་པའི་དོར་སྤྱོད་སྒོལ་བསྐྱེད་རྫོགས་སྤྱིང་དུ་བཀོད་པ་དགའོ། །མདྲུལ།

སྒྲིབ་མ་ཁག་ཚོ་མ་རལ་པ་མེ་ལྟར་འབར།
 ཡུག་གཡམས་གནམ་ལྷགས་དྲི་ཅི་ལྟ་གདངས།
 གཡོན་པ་ཐུགས་ཀར་སྒྲིབ་མཛུབ་ཡུག་སྒྲུ་གཟིར།
 ཞབས་གཉིས་གཡམས་བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱངས་
 འདོར་སྒྲབས་བཞེངས།

དབུ་ལ་ཐོད་སྐྱམ་རིགས་ལྟ་དར་དབྱངས་མཛེས།
 སྒྲོབ་དང་མགུལ་དང་ཡུག་ཞབས་ཐམས་ཅད་ལ།
 རིལ་ཆེན་བརྒྱུན་དང་སྒྲུལ་གྱིས་ཆུན་བྱས་བརྒྱུན།
 སྒྲི་སྒྲོད་སྒྲང་ཆེན་གོ་ལྟོན་སྒྲོད་སྒྲག་ཤམ།

ཁྲི་བའི་རྒྱུན་དང་ཆ་ལུགས་ཐམས་ཅད་རྒྱུགས།
 ཡེ་ཤེས་མེ་དབྱང་འབར་བའི་གྲོད་ནལ་གྱིངས།
 སྒྲི་བར་ཨོ་དཀར་མགྱིན་པར་ཨྲུང་མར་པོ།
 ཐུགས་ཀར་ཉི་མའི་དགྱིལ་འཁོར་ཆུང་དུའི་སྒྲིང་།

དྲི་མཐོང་ནག་ནས་ཅམ་གྱུན་དུ་ལངས།
 དེ་ཡི་ལྟ་བར་ཐུགས་སྒྲིབ་ས་བོན་གྱི།
 རྒྱུ་ཡིག་མཐོང་ནག་སྒྲུ་ཞིང་གསལ་བས་མཆོན།
 གནས་གསུམ་ཨོ་ཨྲུང་རྒྱུ་གི་འོད་ཟེར་གྱི།

ཁ་དོག་སྒྲོལ་ས་ཕྱོག་ས་བརྩུར་འཕྲོས་པ་ཡིས།

སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་སྒྲུ་མ་ཡི་དམ་ལྟ།

ཐམས་ཅད་ཕྱག་ནོར་རྩི་ཆེ་ལྷག་ས་སྟ།

ཕྱོད་ནས་བདག་ལ་གཉིས་སྟེམ་པར་ཐིམ།

སྒྲུ་ཡང་གནས་གསུམ་འབྱུག་སྟེམ་འོད་འཕྲོས་པས།

རྒྱལ་བ་རིག་ས་ལྟ་ལ་སོགས་དབང་གི་ལྟ།

འཁོར་བཅས་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་འཕྲོད་ནས་ཀྱང་།

རིན་ཆེན་སྟེམ་པས་བདག་ལ་དབང་བསྐྱར་གིང་།

བདུད་རྩི་སྟེམ་རྒྱུ་ཆོངས་སྟེམ་ནས་བབས་ཏེ།

ལུས་ནང་གང་གིང་དབང་བཞི་ཡོངས་རྩོག་ས་ཐོབ།

དབང་ལྟ་ཐམས་ཅད་མི་བསྐྱོད་པ་ལ་ཐིམ།

རིག་ས་ཀྱི་བདག་པོ་སངས་རྒྱལ་མི་བསྐྱོད་པ།

རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲུ་མ་ཐམ་དང་།

སྒྱི་བའི་གཙུག་རྒྱུ་འབྲལ་མེད་བཞུགས་པར་གྱུར།

དེ་ནས་རང་གི་ཐུགས་ཀའི་རྩི་རྩི་དེའི།

ལྟ་བའི་ནང་ནས་རྩི་གི་མཐའ་སྒྲོལ་དུ།

ཅུ་བའི་སྒྲགས་ཀྱི་ཡིག་ལ་བྱུ་མཐིང་གའི་མདོ་ག།
 གཡམ་སྒྲོམ་བ་བྱེད་ལྟར་ལ་ཁོར་ཁིང་ལ་བྱིལ།
 དེ་ལས་འོད་ལ་ཐོས་མངས་རྒྱུ་མཐམས་ཅད་ཀྱི།
 བྱགས་མེ་བྱིན་ལྷུ་བས་བསྒྲུབ་ནས་རང་ལ་ཐིམ།

གཞོན་བྱེད་གཟུང་སྒྲུབ་གཏུག་པ་ཅན་ལྟམས་ཀྱང་།
 ཚར་བ་ཅད་དབང་དུ་བསྒྲུབ་ཤིང་བཀའ་ཉན་སྒྱུར།
 སྒྲིལ་གྲོ་ཐམས་ཅད་ལྷག་དོར་སྒྲུར་སྒྱུར་ནས།
 སྒྲགས་ཀྱི་རང་སྒྲུབ་སྟོང་ཁམས་གང་བར་སྒྱུར།
 ཨོཾ་བཙྰ་ཙཱ་མ་ཏཱ་ཤེ་ཏཱ་ཧྱཱྱུ་པཎཾ།

ཅས་ཅུ་བའི་སྒྲིང་པོ་འདི་ཉིད་ལ་ཅུ་གཅིག་ཏུ་འབད་དེ་བསྒྲུབ་ཤིང་། ༣ བྱུ་མཐིང་མས་འཛིན་པའི་
 སྒྲུབས་སྒྲུབ། བདག་ཉིད་ལྟའི་སྒྲིང་དང་བྱགས་ཀའི་དོན་མེད་སྒྲགས་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བྱགས་སོག་རྩྱུ་ཉིད་ལས་
 འདུས་ཤིང་ཐིམ། རྩྱུ་ཡང་ནམ་མཁའ་ལ་འཇལ་ཡལ་བ་ལྟར་དངོས་མེད་དུ་སྒྱུར་བར་བསམ་མཁའ། རང་སེམས་
 གསལ་སྟོང་རྒྱུད་འཛུགས་བཅས་བསྐྱེད་མེད་པའི་དང་དུ་མཉམ་བར་བཞག་མཁའ། སྒྲུབ་ཡང་རང་ལུས་ལྷག་དོར་
 སྒྱིན་མ་བར་ལམ་མེ་ཡོད་པའི་མོས་པ་དང་ལྡན་པའི་དང་ནས།

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་གསང་བའི་བདག་པོ་ཉིད།
 ཐོབ་ནས་ཉེས་པའི་དབྱ་ནམས་པམ་བྱས་ཏེ།
 སྒྲིཛ་ན་འཆིའི་ན་གྲོང་ལ་སྒྲགས་པ་ཡི།
 སྒྲིང་པའི་མཆོལ་སའ་གྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།

ཅེས་དག་བ་བསྟོ་བར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་འདི་ནི་གསང་བ་དག་ཕྱག་རྟོག་རྟོགས་པ་ཀླུ་འདུལ་གྱི་རྩ་
བའི་བསྟོན་པ་རྒྱུ་བྱེད་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། གཞན་རྒྱུ་བ་དང་ལས་སྦྱོར་སོགས་བྱེད་ན་དམིགས་པ་
ཁ་བརྒྱུར་དང་། རྒྱང་ཤམ་འདོགས་ལུགས་སོགས་གཞུང་ཉིད་དང་སྟོབ་དཔོན་གྱི་ཞལ་རྒྱུན་སོགས་ལས་
ཞིབ་པར་ཤེས་དགོས་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ནི་གང་ཟེག་གསར་བུ་བ་གཞན་ལ་ཕན་གྱིར་དོན་གཉིས་རེ་ཞིག་
གིས་བསྐྱལ་དོར་བྱིས་པ་དགེའོ།



གུ་རུ་དག་སྐྱབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་

སྐྱོན་བྱིང་ཟིན་བྱིས་

བཞུགས་སོ།



༥ བཞོམ་ཏུ་གུ་ལུ་སྐྱབ་སྒྲིབ།

ལམ་ལ་མཉམ་འགྲོ་བའི་ཕྱི་ཕྱོད་ལ་མཉམ་སྐྱབ།

ལམ་ལོག་སྐྱབ་ཕྱིར་འགྲོ་ལུ་སྐྱབ་སྐྱབ།

ལུ་ལུ་དེ་ལོ་གོ་ལམ་ལོག་ལུ་ལུ།

སྐྱབ་སྐྱབ་ཐབས་ལུ་ལོ་ལོ་གསུང་ལུ་ལུ།

སྐྱབ་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་གསུང་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ་ལོ་ལོ་ལུ་ལུ།

ཐོད་སྐྱལ་རིམ་ཆེན་དཔུ་རྒྱུ་ཐོད་སྐྱེན་ཐོང་།
 སྐྱེན་ཆེན་ཐོད་སྐྱེན་སྐྱལ་ཤམ་སྐྱལ་ཆུན་དང་།
 མི་ལྷགས་རིམ་ཆེན་དང་སོགས་དུ་མས་བརྒྱུ།
 ལྷག་གཡམས་གསེར་གྱི་དོན་ཅུ་དག་གཤེདས།

གཡོན་པའི་ལྷགས་སྒྲིག་རྒྱལ་འགོད་སྤྱིད་ཅུ་འཛིནས།
 མེད་དུང་གྲོད་ཀྱི་གཡམས་བསྐྱམས་གཡོན་བརྒྱདས་བཞུགས།
 སྤྱི་གཙུག་པད་སྤྱིད་ཅུ་ཐོད་ཐོང་ཅུལ།
 ཞི་འཇུག་པད་ཞུ་བེད་ཐོད་ཆོས་གོས་གསོལ།

དོན་ཐོད་པ་དང་བཅས་ཡུམ་དང་འཁྲིལ།
 ཡུམ་ཆེན་མཆོ་རྒྱལ་དཀར་མེ་གྱི་ཐོད་འཛིན།
 གུ་རུ་འི་དཔུ་གཙུག་ཁྱེད་ཀྱི་མེ་གཡོན་ཅན།
 ཀྲི་ཀྲི་སྐྱོག་སྤྱི་གཤོན་ཞུ་གསོལ།

དེ་ཡི་སྤྱི་བོད་རིགས་བདག་སྤྱིད་མཐའ་ཡས།
 དམར་གསལ་སྤྱིད་བཟེད་འཛིན་ཞིད་ཆོས་གོས་གསོལ།
 མཆོན་དཔེས་བརྒྱུ་ཅིད་གཟི་ལོད་འབར་བར་བཞུགས།
 བདག་ཉིད་ཀྱི་པའི་དཔལ་བར་འཇུག་དཔལ་མེད།

རལ་གྱི་སྤྱི་གཙུག་ཁྱེད་དང་བཅས་འཁོར་ལོ་འཛིན།
 མཁྱིལ་པར་རྟ་མཁྱིལ་དམར་པོ་སྤྱི་གཙུག་ཅུལ།

གྲི་གྲུག་ཐོད་ཁྲག་དུར་བྲོད་ཆས་ཅན་གསོལ།
 བྲུག་ས་ཀར་གསེར་གྱི་མཆོད་རྟེན་བྲུམ་པའི་ནང་།

གསལ་བདག་མཐིང་ནག་དོན་དེའི་བྲུ་འཛིན།
 ཉེ་བར་པག་མོ་མཐིང་ནག་བྲོ་འཛུལ་ཞལ།
 གྲི་གྲུག་ཐོད་ཁྲག་མཆོད་གཡོན་ཁ་ཏྲུ་འཛིན།
 རིན་ཆེན་རྒྱུ་རྒྱུ་མཐོ་འབྲེང་ལ་སོགས་བརྒྱུན།

གསལ་བར་ཡུ་མེད་བལ་སྒྲུག་ནག་འབར།
 བྲུག་གཡམ་དོན་གཡོན་པས་ཐོབ་དང་།
 ཞགས་པ་འཛིན་ཞིང་འཕྲུ་བྲོས་པར་བསྐྱེད།
 རང་གི་སྤྱི་རིམ་རང་མདངས་འཁོར་གྱི་ཚོགས།

ཉེ་རུ་ཡབ་ཡུམ་བཞི་དང་བྲག་པོ་བཞི།
 བྲུ་པ་བཞི་དང་བྲོ་བཅུ་ལ་སོགས་པ།
 སྒྲུལ་འཁོར་ཚོགས་ཀྱང་སྐད་ཅིག་དྲན་རྩོགས་སུ།
 སྒྲུལ་དོག་བྲུག་མཆོད་རྟེན་འབྲུར་སྒྲུ་ཚོགས་པ།

ཅིར་སྒྲུང་མ་འགགས་རྒྱུན་གྱི་རེལ་པར་གསལ།
 དེ་ཉུར་ལྷོ་ཚོགས་རྣམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་དུ།
 འབྲུ་གསུམ་དག་ལས་འོད་འཕྲོས་རྩེ་ཡབ་ནས།
 བྲུ་ཡབ་ཡུམ་རིག་འཛིན་མ་ཁལ་འབྲོའི་ཚོགས།

སྒྲུབ་དངས་དམ་ཚིག་པ་དང་གཉིས་མེད་བསྟོམ་།
 རིག་ས་འདུས་རྒྱལ་བའི་སྒྲི་དཔལ་ཡིན་པའི་སྒྲིར་།
 དབང་བསྐྱར་རྒྱས་གདབ་སྒྲོས་པ་ཀུན་ལས་འདས་།
 སྒྲི་བད་སྒྲི་དཔུང་དངོས་པོ་མ་ལུས་ཀུན་།

མཆོད་པའི་དངོས་པོར་ཡེ་ནས་ལྷོན་གྱིས་སྒྲུབ་།
 རང་རིག་རང་གསལ་བསྟོད་པའི་རྒྱལ་པོ་ཉིད་།
 ཀུན་རྗེ་བཙུག་གིས་བསྟོད་ལས་བྱུང་པར་འཕགས་།

༄ དེ་ནས་ཞི་བར་བསྟོན་དང་ཁོ་བོར་བསྒྲུབ་།
 གཉིས་ལས་དང་པོ་ཞི་བསྟོན་རིམ་པ་ནི་།
 སྒྲི་གཙུག་གུརུའི་ཐུགས་ཀར་རྩྭ་དམར་ལས་།
 འོད་འཕྲོས་རྒྱལ་ཀུན་བྱིན་རྒྱལ་ལུས་མཐུས་བསྐྱུས་།

གུརུཉིད་ལ་ཐིམ་པས་འོད་དུ་ལུ།
 བདག་གི་ཐུགས་ཀར་རྩྭ་དང་དབྱེར་མེད་བསམ་།
 རྩྭ་ཐར་སྒྲགས་སྟེང་མར་མེའི་སྟེང་བ་ལྟར་།
 བསྐྱེད་ཞིང་ཞི་བའི་འཛབ་འདི་འབྱུང་བུམ་མམ་།

བདུན་འབུམ་སྐུམ་འབུམ་གང་འོས་བསྐྱུས་བྱས་ན།
 འབྱུང་ལྗོན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་མཁའ་གཡིན་།

ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་བཙུག་གུརུའི་ཕྱོག་གི་འོད་།

ཐུབ་མཆོམས་རྩྱེ་ལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་ནས་ནི།

སྟོང་ཉིད་དང་ནས་སྟོབ་ལམ་རྒྱ་ཆེར་གདབ།

རྩེས་ཐོབ་ལྟ་ཡི་ཉིད་འཛིན་སྒྲིལ་བྱ།

དངོས་གཞི་བློ་བོ་བསྐྱུ་བ་པའི་རིམ་པ་ནི།

གཏོར་མ་རིག་ཆེན་པོ་བར་བསྐྱུ་ནས་ཀྱང་།

མཆོད་སོགས་བཤམས་ཤིང་སྐྱབས་སེམས་སྟོབ་བཏང་ནས།

བདག་དང་གོ་ཆའི་ལྟ་ཆོགས་གོང་ལྟར་གསལ།

ལྟ་ཆོགས་ནམས་ཀྱི་གནས་གསུམ་འོད་ཟེར་གྱིས།

ཕྱོགས་བཅུ་འི་སངས་རྒྱས་ཅུ་གསུམ་ལྟ་བུ།

མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྟོང་སྟོབ་དངས་མདུན་གྱི་མཁར།

བཞགས་པའི་ཐུགས་དམ་རྒྱུད་བསྐྱུ་ལ་འོད་ཟེར་འཕྲོས།

བདག་ལ་ཐིམ་ཁིང་བདག་གིས་བསྐྱུ་འི་ཁུང་།

ཀྱུན་ནས་འོད་འཕྲོས་དེ་ལས་སྤང་བའི་གྲུ།

གསེར་གྱི་འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་སྟོང་སྟོང་ནས་སྤུབ།

ཕྱི་བས་ཀྱི་ཕྱི་ནས་ལྷགས་སྒྲིག་ཆོམ་འཕྲོ།

འོག་ནས་ལྷགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་སྤུ་གྱི་ཕྱི་བས།

སྟོང་ལྟན་གྱི་དུལ་བསྐྱུ་རབ་འཁོར་ཁིང་།

དེ་གཉིས་བར་དུ་མེ་ཡི་འཁོར་ལོ་འབར།

རྒྱལ་བཅའ་མགོ་ལུས་ཁྲིམ་པ་ལྟུབ་སྐྱུང་།

སྒྲུབ་ཡང་བདག་གི་བྱ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཕྱི་ལོ་ལས།

འཛིན་རྟེན་ཁམས་གང་གཞིར་བྱེད་ཚུགས་ཀྱི་བཅོམ་།

མེ་ཡི་སྒྲ་གྲི་རབ་འབར་པར་འཕྲོས་ཤིང་།

དེ་གཉིས་བར་དྲུག་ལ་བསམ་ན་འགྱུར་པོ་འོ་ཆོག་ས།

སྒྲིང་གསལ་འིག་པའི་ངར་ལྟན་སྒྲགས་འདི་བཟུ།

ཨོྭ་ཨྷཱཱ་ཧྲཱི། ཨའཙིག་ཤིའཙིག་འམོ་བྱ་ག་མཏེ་ཧྲཱི་ཨྷཱཱ་ཧྲཱི་ཕའ་། ཨཡ་
མ་དུ་ཅུའ་ཤའ། སམཡ་ཧྲཱི་ཕའ་། ཨོ་བཟླ་ཧྲཱི། ཡཤ་ཧྲཱི། རཤ་ཧྲཱི། གའོད་
བྱེད་སྟིང་ལམ་རཡ་ཧྲཱི་ཕའ་། བདུན་འབྲུམ་བཟླས་པས་མཆོག་དངོས་འགྲུབ་པར་
གསུངས།རྡོ་སྟིང་པོ་རྒྱལ་པོ་ཡིག། རྡོ་མུང་དུ་ལམ་འཇུག།

སྐབས་སུ་གོ་ཆའི་ལྟ་ན་ལས་སོ་སོ་ཡི།

སྒྲུག་ས་ནམ་ས་སའི་སྒྲུ་མ་དོག་དང་མཚུངས་པར་བསྒྲུ་མ།
 བསྟེན་གྲངས་ཐེམ་ནས་དག་སྒྲུག་ས་སྒྲི་དེའི་འདྲི།
 ལྷ་སྟོང་བསྐྱེད་ན་གཞུང་ལྷ་གས་ཐོག་ཀྱང་བསྐྱེད།

ཨོ་བཟོ་མ་རྩ་གོ་རྩ་མ་རྩ་གོ་རྩ་ཤུ་རི་བཟོ་གྲི་ལི་གྲི་ལ་ཡ་མ་རྩ་ཡ་ཤ་གྲི་མ་རྩ་པ་
 ཀམ་རམ་རམ་རྩ་ལ་རི་རྩྭ། གཤོད་བྱེད་འབྱུང་བོ་རུ་རྩུམ་མ་རམ་ཡ་རྩྭ་པའུ་ཅེ་

འདི་སྒྲུབ་རྒྱལ་བ་ཀྱུ་འདུས་གུ་རུ་ཡི།
 ཐུག་ས་སྟོག་སྟོང་པོ་གཅིག་ཏུ་དེའི་བའདི།
 ཇི་ཙམ་བསྐྱེད་པ་དེ་མཚུངས་ཀུས་པར་ལྟོ།
 ཐུབ་མཚེམས་ཐམས་ཅད་ཐུག་ས་ཀའི་རྩྭ་ལ་སྟུང།
 རྩྭ་ཉིད་ནམ་མཁའི་དབྱིངས་སྒྲུ་འཇམ་ཡལ་བཞིན།
 མི་དམིགས་སྟོང་པའི་སྟོང་དུ་བཞག་ནས་ཀྱང།
 དེ་ཡི་དག་བས་འགྲོ་བ་ཡོངས་ལ་བསྟོ།
 སྒྲུ་ཡང་ལྷ་ཡི་དཔྱལ་དང་ལྟན་པས།
 སྟོང་ལ་མཚེས་དང་མཐུན་པའི་དུས་འདའ་བྱ།

༄ དེ་སྟེར་སྒྲིག་ས་དུས་མ་རུངས་འདེམ་ཁོ་གས།
 ཚེས་བྱེད་ཀྱུ་ལ་འཚོ་དེའི་གཉེན་པོ་མཚོ་ག།
 དཀྱིལ་འཁོར་ཀྱུ་གཙོ་ཉི་རུ་ཀ་དཔལ་ཆེ།
 འདི་སྒྲུབ་རྒྱལ་བ་ཀྱུ་དང་མཐུན་པའི་མཉམ།

བསྐྱེད་རྫོགས་ཉམས་ལེན་བསྐྱེད་བསྐྱབ་མཐའ་དག་ལ།
 དོན་དམ་ལེ་ཤེས་སྒྲིམ་བྲལ་གནད་རིག་ཅིང་།
 ཀུན་རྫོབ་ཅུལ་སྤངས་ཤོལ་སྤྱིང་རྫོབ་སྒྲིམ།
 སྤྲུལ་སྤངས་ཤོལ་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་།
 ཞི་བས་མི་བྱུལ་རྒྱལ་འགོད་དམ་སྤྱི་ལ།
 གང་འདུལ་རོལ་བའི་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་།
 གཏུག་ཅིང་སྤྱང་བའི་སེམས་ཀྱིས་བྱ་བ་མིན།
 དག་པོའི་ནད་ལ་སྤྱོད་དཔྱད་དག་བསྐྱེད་བཞིན།
 གཞན་པའི་ལམ་ལ་དགོད་སྤྱིང་ཁོ་ནས་འབད།
 འདི་ལྟར་མ་ཞོར་བཙུན་བས་ཉམས་བྱངས་ན།
 རྫོགས་སངས་རྒྱས་ལ་དཀའ་བའི་ཚོགས་མ་མཆིས།
 འདི་བྱིས་དག་བས་མཐའ་མཉམ་འགྲོ་ཀུན་ཀྱང་།
 རིགས་འདུས་བྲལ་མའི་གོ་འཕང་རྒྱུར་ཐོབ་ཤོག།

༣ གཏིར་སྤྱོད་བྲལ་རིག་འཛིན་ཅུལ་གྱིས་གདན་དངས་བའི་ཟབ་ཆོས་བྲལ་མ་ཞོར་བྱ་བ་དཔྱད་གི་
 དག་སྐྱབ་ཀྱི་ཉམས་ལེན་རྒྱུན་ཁྱེད་པོར་དེལ་བ་འདི་ཡང་རྣལ་འབྱོར་ཚུལ་བྱིས་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་རྫོབ་སྤྱིང་།
 བཏོད་བ་དག་ལེགས་འཕེལ།

དབང་པོ་ལའི་དབང་བསྐྱར་གྱི་

ཟིན་ཁྱིམ་བཞུགས་སོ།།

༥ བུ་རུ་བླ་མ་རྒྱུ་ལྟོ་ལྟོ།

གང་ཞིག་དོན་རྒྱུ་དཔོན་བསྐྱེད་ཆོག་ཀྱི་ཁུ་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་དག་གིས། དགོན་
 མཆོག་སྤྱི་འདུས་དབང་དག་འབར་བའི་དབང་བསྐྱར་བར་བྱ་བར་འདོད་པ། དེ་ཡང་གཏོར་སྟོན་
 ཉིད་ཀྱི་བཀའ་ལས་ཤི་འདི་ཉིད་ཆོས་བཀའ་བསྐྱེད་པའི་གཤིས་ཀྱིས་གང་ཟེགས་སྒྲོམ་པ་ལ་དགའ་
 བའི་རིགས་རྣམས་ཡིད་མཆོམས་ན་གཏོར་ཁ་གཞན་གྱི་དག་སྐྱོབ་གང་འོས་ནས་ལ་སྐྱོད་བར་རུང་
 གསུངས་མོད་ཀྱང་། རེ་ཞིག་རང་གཞུང་སོར་བཞག་ལྟར་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བསྒྱུ་བ། རྟོགས་
 རུའི་ཁར་མེ་རྟོག་ཆོམ་བྱ་ལྟ་སོགས་ཅི་རིགས་བཀོད་ལ། དབང་མས་ནི་དགོན་མཆོག་སྤྱི་འདུས་
 ཞི་བའི་དབང་བཞི་ལྟར་རེ། ཡང་ན་གཏོར་དབང་བྱ་སྟེ་དཔལ་གྱི་གཏོར་མ་རིན་ཆེན་འབར་
 བའི་དབྱིབས་ཅན་ཟུར་གསུམ་ལ་མེ་རི་དང་ཁབས་སུ་པད་འདབ་ཅན་གཟི་བརྒྱན་བག་འོ་བའི་རྒྱུན་
 དང་ལྟན་པ་བཤམས་པའི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་གཏོར་མཆོད་སྟོན་རྟེན་ཆོག་ཀྱི་ཡོ་བྱད་རྒྱ་ཆེན་
 བཀོད་ནས། བུ་རུ་ཞི་དག་གི་ལས་གཞུང་བསྐྱེད་གསོལ་གསོལ་མཆོད་རྣམས་རྒྱས་
 པར་བྱ་ཞིང་། འཛོམ་བསྟན་ཉིད་འཛོམ་བྱེད་ཉེ་དུ་བསྐྱེད་པས་ནས། སྒྲོབ་དཔོན་ཉིད་ཉིད་དེ་
 འཛོམ་གྱི་དབང་བྱེད་བསོགས་སྟོན་དུ་བྱ་བའི་རིམ་པ་རྩོགས་པ་དང་། སྒྲོབ་མ་རྣམས་ལ་བྱས་
 དང་བགོགས་བསྐྱེད་སྐྱེད་འཁོར་མཐུལ་དང་ཆོས་བཤད་ཀྱང་། བུ་རུ་ཞི་བའི་དབང་སྐྱབས་ཀྱི་དེ་
 ཀལ་བཤད་པས་འཐུས་ལ། དངོས་གཞི་ཡི་ཤེས་དབང་པའི་དམིགས་པ་འདི་ལྟར་སྤྱད་དེ།

རིན་ཆེན་ཅུ་པ་དང་དཔུང་གིས་བརྒྱུད་པ། སྒྲུལ་དུར་ཁྲིད་འབར་བའི་ཆས་
 བརྒྱད་དང་དཔལ་གྱིས་ཆས་བརྒྱུ་ལ་སོགས་ཁྲི་རྒྱུལ་རམ་པའི་ཆ་ལུགས་ཡོངས་
 སྒྲུ་རྒྱུ་གས་པ། ཞབས་གཉིས་གཡས་བསྒྲུལ་གཡོན་བརྒྱུད་སྒྲུ་ཀྱི་འདྲོར་
 སྒྲུབས་ཅན། སྒྲུ་རི་རབ་ལྟོན་པོ་ལྟར་བརྒྱུད་ཅིང་འགྲིང་བའི་བ་སྒྲུའི་བུ་ག་ཀྱུན་
 བས་སྒྲུལ་པའི་ཁྲི་རྒྱུད་གཞུང་ས་ཁེངས་པ་ལྟར་འཛོལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དཔུང་
 འབར་བའི་སྒྲོང་ན་གཟི་བརྒྱུད་ཉི་མ་འབྲུམ་ལྟར་གསལ་བའི་སྒྲུ་བོར་ཨོ། ལ་སྒྲིབ་
 པར་ཞུ། ཐུགས་ཀར་རྩྱུ་ཞུས་ལས་འོད་ཟེར་དང་། བདག་ལུན་གྱི་ལྷ་ཚོགས་
 ཞུས་ཀྱི་ཐུགས་སྒྲོག་ལས་འོད་ཟེར་འཛོལ་པས། ལྷ་ལྟུང་རྩ་ཡབ་སྲིད་ན་ཁག་
 འཕུང་གི་རྒྱུལ་པོ་དབང་དག་པ་སྒྲུ་ཕོད་ཕོད་གི་ཐུགས་རྒྱུད་བསྒྲུལ་བས། རྒྱ་དུམ་ག་
 ལ་སྒྲུ་གཟི་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུང་པོ་དཔལ་དུ་འབར་ཁིང་། གཡས་ནས་དཔལ་བོ་འབྲུམ་
 གྱིས་རྩྱུ་གི་སྒྲུ་ལེན། གཡོན་ནས་ལའང་འཛོལ་འབྲུམ་གྱིས་རྩྱུ་རྩྱུ་ལི་གར་བསྒྲུར།
 ལུན་དུ་སྒྲུ་མ་རིག་འཛིན་གྱི་ཚོགས་བཅས་སྒྲིབ་ལྟར་འཕྲིབས་པས་བྱིན་རྒྱལ་གྱི་
 ཆར་འབབས། རྒྱུབ་ནས་བཀའ་སྒྲུང་ཚོས་སྒྲུང་གི་དཔུང་ཚོགས་རི་ཉིལ་བ་ལྟ་
 བུས་ཅི་འདྲོད་ཀྱི་སྒྲིབ་ལས་སྒྲུབ་པའི་ལུ་སྒྲིབས་དག་ཅུལ་སྒྲོག་ལྟར་ལྟར་བ་དང་
 བཅས་ཏེ་བྱོན་ནས། ཁྲིད་རང་དམ་ཚོགས་ཞེས་སྒྲུང་དཔལ་ཞུས་ལ་མཚོ་ལ་ཁ་བ་
 འབབ་པ་བཞིན་གཉིས་མེད་དུ་ཐིམ་པའི་མོས་པ་རྒྱ་དུམ་ག་ཀྱུང་མ་ཡོངས་པར་

མཛོད་ཅིག ། ཨོྫ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་བཙྰ་གྲུ་རུ་མཛ་ཐོད་ཐོང་རྩལ་བཙྰ་ས་མ་ཡ་ཨོྫ་མི་རྩི་པ་
ལ་རྩྱུ། ཨ་མེ་ཤ་ཡ་ཨ་ཨུཾ་ ཞེས་རེལ་མོ་དག་ཏུ་སྒྲོག་པ་སོགས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེལ་ཞིང་།
སྤྱུ་པ་ཏིཏྱ་བཙྰ་ཡེ་སྤྱུ་ལྷ། ཞེས་མེ་ཏྲོག་གཏོར་བར་བརྟམ་རྒྱས་གདབ་བོ།

༥ དེ་ནས་དབང་གི། དབང་རྣམས་བུམ་པའམ། གཏོར་དབང་ཡི་ནོར་ཐོག་མར་སྒྲོབ་མའི་སྤྱི་
བོར་བཞག་པའི་སྒྲིབ་སྤྱི་དམིགས་པ་དང་དག་སྒྲོལ་རྣམས་བུམ་དབང་གི་སྒྲིབ་སྤྱི་བཞིན་བཙྰ་པ་ཨོྫ་མི་རྩི་
ཀྱང་ཞི་བའི་དཀ་མོར་བཞག་ལས། རྩུང་པར་གྱི། བུམ་པ་བྱུང་གནས་ཞེས་པའི་སྒྲིབ་སྤྱི་སྤྱུ།

བུམ་པ་བྱུང་གྲུ་ཡི་དབང་ཐོབ་ཤོག།

ཨོྫ་ཨུཾ་ཧཱུྃ་བཙྰ་གྲུ་རུ་བཙྰ་ཐོད་ཐོང་རྩལ། ཀྲུ་ཡ་ཨ་ཏིཏྱ་ཏིཏྱུྃ།

ཞེས་བསྐྱར་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་མ་གྱིན་པར་གསལ་དབང་། སྤྱིང་གར་ཤེར་དབང་། གནས་ལུའམ་
སྤྱི་བོར་ཨོྫ་མི་རྩི་དབང་དང་བཅས་པ་རྣམས་སྤྱི་ཚུལ་དབང་ཨོྫ་མི་རྩི་དག་སྒྲོལ་དམ་ཨོྫ་མི་རྩི་སྤྱི་ཚུལ་སོགས་ཞི་བའི་རི་
ལྷ་བལས། ཨོྫ་མི་རྩི་དང་རྣམས་ཀྱི་ཁ་བསྐྱར་བར་བྱའོ།

འདི་སྒྲིབ་སྤྱི་དབང་བཞི་ཁོ་ན་མ་གཏོགས། སུ་སྤྱི་ལུང་དབང་དང་བཀའ་སྤྱི་ལུང་གཏོར་དབང་།
ཆོ་དབང་སོགས་རྣམས་ནི་མི་དགོས་ཤིང་། གཞན་མཐུག་གི་ལས་རིམ་སོགས་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ལུང་ཤེས་
པར་བྱའོ། །མདོར་ན་དག་སྤྱི་དབང་གི་རིམ་པ་འདི་བཀའ་གཉན་ཞིང་འཇུག་ཆ་ཆེ་བས་ན་སྤྱི་བ་
དཔོན་ཉིད་ཀྱང་བསྐྱེལ་སྤྱི་བ་མཐར་སྤྱི་བ་སྤྱི་བ་གདོང་ལྟོན་དང་། སྤྱི་བ་ཡང་སྤྱི་བ་ལྟོན་མ་གཏོགས་གདོང་།

བྱུང་གིས་ཐི་རུང་བམ་ཡིན་ཞིང་། བྱུང་པར་དྲིང་སང་གསང་སྒྲགས་འཆའ་ཏེ་ཟང་ཟིང་འབྱུལ་རྒྱུད་ཟོང་
 རིན་དབང་བསྐྱར་ལ་བྱེད་པ་དང་། གསང་སྒྲགས་ཁྲིམ་བཤད་བྱེད་པ་འདི་འདྲས་དཔོན་སྒྲོབ་གཉིས་
 ཀར་ཕན་པ་བས་གཞོན་པ་བརྒྱུ་འབྱུང་གི་ཆེ་ཚུལ་རྣམས་ལེགས་པར་བསམ་དགོས་པར་གདའ་བས་ཕྱི་
 རབས་དཔྱོད་ལྡན་དག་གིས་དགོངས་འཆའ། ཞེས་སྒྲོང་བ་པ་སྣོཾ་གས་རང་སྒོལ་གྱིས་སྟིང་ནས་གསེལ་
 བ་ལགས། ། །



དཀོན་མཆོག་གི་རྒྱལ་ཁབ་ཆོད་པ་

འབྲུལ་བ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་

བཞུགས་སོ།

༥ བོ་མོ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པའི་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་པ་དང་། སངས་རྒྱུས་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་བདེན་པའི་
སྟོབས་མངའ་བ་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་རྟེན་མཐུ་དང་། བདག་གི་དད་མོས་
སྟུག་བསམ་དག་པའི་མཐུ་སྟོབས་དང་། ཆོས་ཉིད་ནམ་པར་དག་པའི་
བདེན་པའི་བྱིན་སྐྱབས་ཀྱིས། མཆོད་པའི་ཡོ་བྱང་རིམ་བཤམས་ཤིང་
སྤུལ་བའདི་དག་མཆོད་བྱེད་དུ་བྱས་ཏེ། རྩོགས་བརྩུ་རབ་འབྱམས་ཀྱིས་
སངས་རྒྱུས་བྱང་སེམས་ཁིང་ཁམས་ནམ་མཁའི་མཐས་གཏུགས་སུ་བྱབ་
པའི་སྐྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྐྱབ་སྤྱུང་། མཆོད་ཡོན་མེ་
རྟོག་བདུག་སྒྲིས་མར་མེ་རིམ་བཞུག་ཟས་རོལ་མོལ་སོགས་པའི་མཆོད་
པའི་སྒྲིབ་སྤྱང་རྒྱུ་ཆེ་ཁིང་རྒྱུན་མི་ཆད་པ། ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ཉིང་འཛིན་
སྒྲིབ་ལམ་ལས་བྱུང་བའི་མཆོད་སྒྲིབ་དང་མཉམ་པ་འབྱུང་བར་རྒྱུར་ཅིག།

བོ་མོ་རྣམས་ལ། བོ་མོ་སྟུག་མ་ཏེ། བཟོ་བྱ་ར་བྲམ་རྟེན་ལ།
ཏ་ཐུག་ཏ་ལ། ཨ་ཏ་ཏེ་སྐུ་སྒྲིབ་ལ། ཏ་ཏ་ཐུ། ཨོ་བཟོ་བཟོ།
མ་རྟེན་བཟོ། མ་རྟེན་ཏེ་མ་བཟོ། མ་རྟེན་བོ་རྟེན་ཏེ་བཟོ། མ་རྟེན་བོ་རྟེན་མ་རྟེན་

སངས་རྒྱལ་བསྟན་དར་བསྟན་པ་འཛིན་ཀླུ་མཐུན།

ཐམས་ཅད་དམ་པའི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་སྒྲུར་ཅིག།

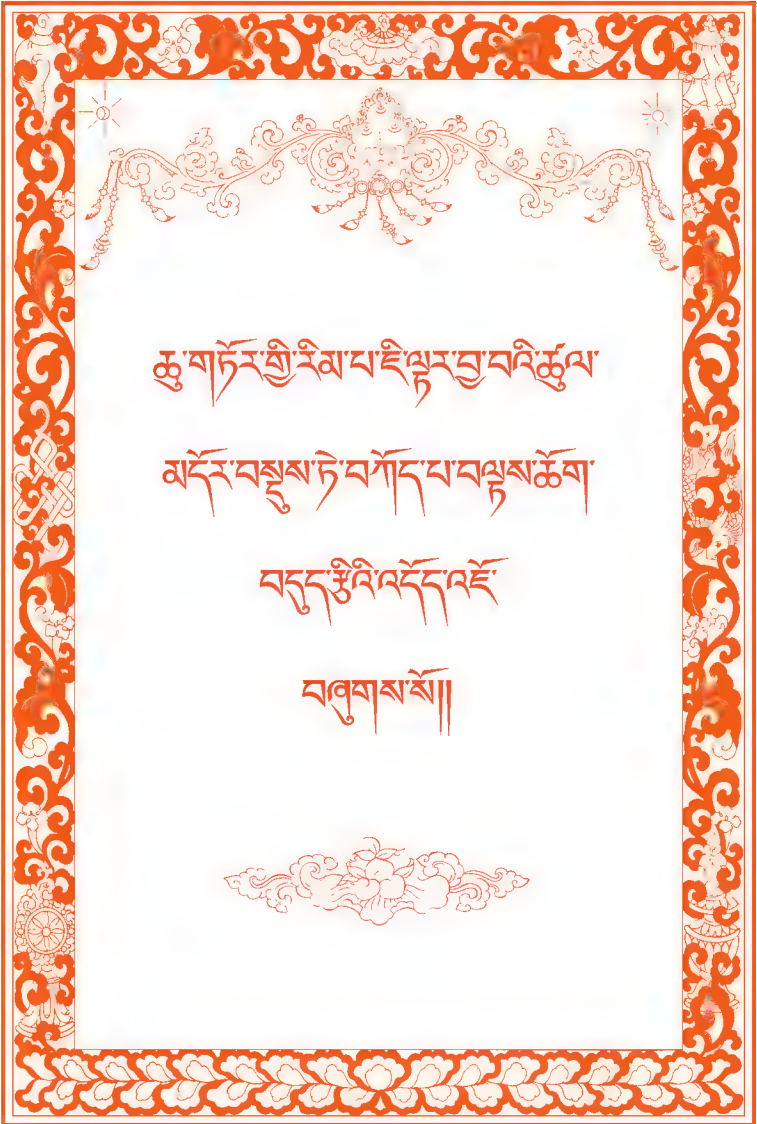
དགོན་མཆོག་བདེན་པའི་མཐུ་སྟོབས་ཆད་བྱུང་དང་།

བདག་གི་དད་པས་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་ཏུ་བ་པའི།

དགེ་བས་ཅི་བསམ་འགྲུབ་ཅིང་བར་ཆད་ནི།

མཆོག་སྤྱོད་དངོས་སྒྲུབ་ཆེ་འདིར་ཐོབ་པར་ཤོག།

དེ་ཡང་དགོན་མཆོག་གི་དྲུང་དུ་མཆོད་པ་འབྱུལ་བའི་མཆོད་ཇམ་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་རིམ་པ་ཆོག་ལི་
གཞུང་སྐོས་ལ་ཞིན་དད་ལ་ཞིབ་རྒྱུ་འབྱུང་མོད་ཀྱང་། ཆོག་སྐོས་ས་དང་མ་འབྲེལ་བར་གཙུག་ལག་ཁང་
དང་མཆོད་གཤེམ་གྱི་དྲུང་སྐོས་ས་སུ་མཆོད་པ་འབྱུལ་ཆེ་བྱིན་རྒྱབས་མེད་ཞི་མི་རུང་ལ། བདག་བསྐྱེད་སྐོས་ས་
མེད་མྱིར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས་པའི་རུས་པ་ཡང་མི་འབྱུང་བ་དང་། དེ་ལྟ་བུ་ལ་འདི་ནི་དགོན་མཆོག་གི་བདེན་པའི་
སྟོབས་ཀྱི་སྒྲོན་ཐོས་བྱིན་རྒྱབས་བྱ་ཐབས་ཡིན་པས་ན། གཙུག་ལག་གི་དགོར་གཉེར་ལ་སྐོས་ས་ལ་ལྟག་པར་
གཤེམ་བར་ཡོད་པ་དང་། བོད་གི་མཆོད་པ་སྤྱོད་གི་གཟུངས་དེ་ལ་ནག་ཅིག་བརྗོད་པས་ཀྱང་མཆོད་པ་ཐམས་
ཅད་བརྒྱ་སྟོང་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས་ཏེ། དཔེར་ན་མར་མེ་གཅིག་ལྟུང་ནས་ལྟག་པས་མ་དག་པས་གཟུངས་
འདི་བརྗོད་ན་མར་མེ་བརྒྱ་སྟོང་མང་པོ་ལྟུང་བར་འགྱུར་གིང་། མཆོད་པ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་དེས་མཆོད་
པས་ཤོས་པར་བྱའོ། །མཆོད་པ་ལྟུང་བ་མེད་(མི)རུང་གིང་ཉི་ལེ་མཁོ་བ་འདི་ནི། མཐུན་འཁོར་ལྷ་གྲོལ་
དཔོན་པོ་དམུ་ཆོད་བཅད་གིས་བསྐྱུལ་དོ། །སྒྲོམ་གསུང་རང་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲོན་ལྟུག་བྲག་ཏུ་བཀོད་པ་དགའོ། །



ཕུ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་

མདོར་བསྟུན་ཏེ་བཀོད་པ་བལྟས་ཆོག་

བདུད་རྩིའི་འདོད་འཇོ་

བཞུགས་སོ།།



ཨོ་ དཔལ་ལྷན་སྤྱི་དཀོན་གྲུབ་བདག་སྐུ་མ་ལ།
རྟེན་རྒྱུ་མི་སྤྱེད་གྲུས་པས་རབ་བརྟན་ནས།
དམ་པའི་གཤེགས་ཤུལ་ཆུ་སྐྱེན་བསྐྱི་བའི་ཚུལ།
མདོར་བསྡུས་བསྟུས་ཆོག་བདག་གིས་འདིར་བཀོད་བྲ།

ས་གཤི་དང་གནས་ཁང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ནི།
 ས་གཤི་གནས་ཁང་བྱིན་སྟེང་ལོག་ཀྱུན།
 ཀྱུན་ཏུ་བཟང་པོའི་ནུལ་ལ་སྐྱུལ་ལས་གྲུབ་པ་ལི།
 བཀོད་པའི་བྱེད་གཞི་ཡིད་འོང་མཐའ་ཡས་པ།
 རྒྱལ་བའི་ཁིང་མཆོག་ཡོན་ཏན་ཀྱུན་ལྡན་གྱིས།

ཨོྭ་བཟླ་ཡུ་རྩུ། ཨོྭ་སྐྱ་བྱ་མ་ཤུ་རྩུ་སའ་དམྱེས་བྱ་མ་ཤུ་རྩུ་ཉི།

མཆོད་རྟེན་བྱིན་སྐྱབས་ནི།
 སྟེང་གསུམ་དང་མཉམ་འབྲེལ་སྟེང་དག་ཏུ།
 སྐྱུག་ས་དང་ཏིང་འཛིན་འདུའཕྲོལ་ས་བྱུང་བའི།
 མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་སྒྲོལ་སྐྱོག་ས་དབལ་མེད་པ།
 རབ་འབྱུལ་ས་རྒྱལ་བ་མཉམ་བྱེད་མཆོག་ཏུ་གྱུར།

ནུལ་སའ་ཏུ་ཐུག་ཏེ་བྱེད་པའི་ལྷ་ལེ་བྱེད་སའ་ཐུག་ཏེ་སྐྱེད་ཏེ་ཨོྭ་མེ་ག་ག་
 བཤི་གྱི་ཉིད་བྱུ་ཡུ་དི་སྐྱ་རྩུ་

གཏོར་མཐོན་ནུལ་ས་སྐྱུན་དང་ས་པ་ནི།
 བདག་ཉིད་སྐྱུག་ས་ཀའི་རྩི་ལས་འོད་འཕྲོས་པས།
 དཀོན་མཆོག་སྐྱེད་ལུ་མཐོན་པོ་ཡོན་ཏན་དང་།
 རིག་ས་རྒྱལ་སྟེང་མེད་པའི་གསུང་རིག་ས་ལ་འཁྲུག་ས་སོགས།
 མཐོན་ནུལ་ས་སྐྱུན་དང་ས་སོ་སོའི་གདན་བཞུགས་གྱུར།
 བཟླ་སའ་མཛུ་ཀའ་ལ་ཡེ་སྟྲི།

རབ་ཏུ་བབས་པས་ཡི་དྲགས་ཚོགས་ནམས་ཀྱལ།
 ཚོམས་པས་ཡོངས་སྤྱད་དགའ་བདེས་སྤྱད་གང་གྲུམ།
 ཨོཾ་མཾ་ཧྲི་ཤྲཱི།

ཞེས་པས་སྒྲོང་ལ་ཁེངས་ཀྱི་བར་དུ་སྤྱོད། སྒྲོང་གཉིས་བདེལ་ལག་གཡོན་མཚོག་སྤྱི་བྱུག་སྤྱོད་
 དང་བཅས་པས། ཨོཾ་ཨཱུའཱིུའྲཱི། ཞེས་པས་ཁེངས་པར་སྤྱོད། སྒྲོང་གསུམ་པར་ཚུ་ཐིག་བཅད་ཅིང་
 སྤྱག་ལ་མེ་གོལ་དང་བཅས་པས། ཨོཾ་ཨྲ་ལ་ཨི་དྲ་མཐ་ཤེ་ཏེ་བྱུ་མཱ་ཏྲ། སྒྲོང་བཞི་བར་སྤྱོད་ལ།
 འཕགས་མཚོག་སྤྱལ་བའི་ཕྱག་ནམ་ལེགས་བབས་པའི།
 ཡིད་ཡོང་བདུད་ཚིའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ལ།
 ཡི་དྲགས་གསུམ་ཤེ་ཤེ་ཤེ་ཤེ་ཤེ་ཤེ་ཤེ།
 བྱུ་མཱ་ཏྲ་གསུང་བ་ཀྱུ་ན་བལ་བདེ་ཐོབ་ཐོག།

སྒྲོང་ལ་བར་སྤྱོད་ཞིང་། མཐོན་པོ་མི་འབྱུག་པལ་ཕྱག་འཚལ་ལོ། །ན་མོ་རྩྭ་
 ཏཱ་ཡ། ཨོཾ་ཀཱ་ཀཱི་ཀཱ་ཀཱི། རེ་ཅེ་ཀཱི་རེ་ཅེ་ཀཱི། ཏྲེ་ཀཱི་ཏྲེ་ཀཱི། ཏྲཱ་ཀཱི་ཏྲཱ་
 ས་ཀཱི། ཤཱི་ཏྲ་ཀཱི་ཤཱི་ཏྲ་ཀཱི། སམ་ཀཱི་མཱ་ཤེ་པ་རྩྭ་མི་སམ་ས་ཏྲ་ཀཱི་ཏྲཱ་ཏྲ།
 སྤྱགས་དང་ཏིང་འཛིན་བདེན་པའི་བྱིན་རྒྱལས་ཀྱིས།
 ཚོ་འདས་བར་དོར་འབྱུམས་པའི་འགྲོ་བ་དག།
 བདུད་ཚིའི་རྒྱ་འདིས་དོམ་ཞིང་ཚོམས་ནས་ཀྱང་།
 སྤྱག་བསྐལ་ཀྱུ་ན་བལ་བྱང་ཚུ་བ་མཚོག་ཐོབ་ཐོག།

བདག་གི་ལག་ལུས་སྒྲུབ་ཀྱིས་ཡིག་འབྲུག།

ཞུ་བ་ལས་བྱུང་བ་དུང་ཕྱིས་མཉམ་པར་གྱུར།

[illegible]

མགོན་པོ་ཉེར་གྱི་བདག་པོ་འཁོར་བཅས་ལ།

མཆོད་གཏོར་བདུད་ཅིའི་རྒྱ་མཆོའདི་འབྲུལ་བས།

མཉེས་ཤིང་ཚོམས་ནས་ཚོས་མཐུན་པོངས་སྤྱོད་ཀྱིས།

བདག་མཆོག་ལ་སྐྱོ་བའི་དབྱུང་བ་སེལ་བར་མཛོད།

སྒྱིད་པ་ལྟོ། རྒྱུག་མ་གཅིག་དངོས་རྒྱབ་དུ་བྱུང་ལ། དངོས་མེད། ཞེས་དཔེ་གཤམས་
གསལ་བྲ། རྩོག་གི་གཏོར་མཆོད་ལ་ཡང་སྐར་ལྟར། ཚེ་བརྗེ་ཨ་མྲི་ཏེ། སྐག་ན་ནས་
སྐྱུར་དང་། ཚེ་ཨྲུ་ཏེ། གིས་དཔ་ཁྱིམ་འྱིམ་བསྐྱུར་ལ།

བད་ཉི་ལྔ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པའི་ལམ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལས།

རྩོམ་གསུང་ལྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཡི་བསྒྲུབ་པ།

ཐུལ་བརྒྱུན་འདོར་སྟབས་བཞིངས་པའི་གནས་གསུམ་ལས།

འོད་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་དངས་གཉིས་མེད་ཐིམ།

ཆུ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་མཛད་པ་ལྟུང་ཉེ་བཞག་དཔ་བལྟས་ཆོག་པ་དུང་ཕྱི་ལོ་འདོད་འདོད།

སྒྲུབ་ཡང་དབང་ལྷ་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་དབང་བསྒྲུབ་བས།
བདུད་རྩིས་སྒྲུབ་པ་མི་བསྒྲུབ་དཔུ་བསྒྲུབ་སྒྲུབ།

རང་གི་ལག་ལྟམ་མྱི་ཡིག་ལ་བྱུང་ཁུ་བ་ལས་བྱུང་བའི་བདུད་རྩི་རྒྱུན་གྱིས་མཉམ་པར་བསམ་
 བསམ་ཆུ་སྒྲིང་ཞིང་། ཨོྭ་ཨོཊྭ་འི་ལུ་འི་བྱ་མ་འི་སྒྲུ་ཏུ། ཨོྭ་ཨོཊྭ་སྒྲུ་ཏུ། བརྒྱལ་མཉེར་གཅིག་
 བརྒྱལ་སྐོས་པ་དང་། མཆོད་ཡོན་སྒྲིང་ཞིང་། བཟོ་རྒྱུ་ཏུ་ཡུ་ཡུ། བཟོ་མ་ཉི་ཏུ་བྱེ།
 མ་ཏུ་ཡུ་ཏུ་མ་ཉི་ཏུ་ཡེ། ཏུ་ཟླ། ཨོྭ་ཨོཊྭ་ལ་ཨོྭ་ཡེ་ཉི་ཏུ་ཡེ་སྒྲུ་ཏུ།
 ཨོྭ་ཨོཊྭ་ལ་ཨོྭ་ཏུ། ཏུ་ཟླ། ཏུ་ཟླ། གཏོར་མའི་སྒྲོང་དུ་ཆུ་སྒྲིང་ཞིང་། ཨོྭ་ཨོཊྭ་ལ་ཨོྭ་
 དམ་བལྟ་ཁ་ཁ་ཁུ་ཉི་ཁུ་ཉི།

གཏོར་མ་ཟག་མེད་བདུད་རྩི་འོ་རང་བཞིན་འདི།
 འོ་རང་བཞིན་མེད་ལ་སྤུལ་ཞིང་བསྟོད་བསྐྱིས་པས།
 བསམ་མ་པའི་དོན་ཀློང་ཆོས་ལྡན་འགྲུབ་པ་དང་།
 དདོས་གྲུབ་མ་ལུས་ལྷུང་དུ་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།

བཟོ་ལྷོ། ཞེས་པས་དང་གཞན་སྟུག་ཤེས་ཤིང་། མཆོད་གཏོར་བཤམ་པར་བྱལ། འིབས་
བརྒྱུ་རྟེན་པོ། གཏོར་སྣོད་ལམ་གཅིག་གིས་ཀྱང་རྩེད་པར་སྣོད་པོ་ལ་རིམ་བུ་བརྩུ་བརྩུ་རྟེན་བཅས་
པ་བཤམ་པལ། སྔོན་ལ་བསང་རྒྱུ་འབྱུང་བས་ལོ། གོང་གི་རིམ་ལེ་གྱི་སྐབས་སྟུང་བལྟ་། བཟོ་ལྷོ་
ལྷོ་ཏ། སྔོན་པོས། སྟུང་། བརྩེ་དང་། རྩོ་ལྷོ་རྩྱུྃ། གི་བར་གྱིས་འབྱེ་གྱིས་བསྐབས་
ལ་རིམ་པས་འབྱུལ་ཞིང་བརྩུ་ཚབ་བཞི་པ་ཡན་ཚད་རྣམས་ལ་ལྷན་སྟེ་སྔོན་པོས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོད་ཅིང་། ལྷ་པ་མཁུ་

ཚད་ལ་ཁྱིེ་བཞི་ལ་ཤེས་པ་བཞི་ལ་མཚན་བསྒྲགས་པ་དང་། ཚོས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཡང་རྒྱལ་བ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་དང་།

སྒྲུབ་ལ་བྱལོ། བློ་མཐོང་བཅུ་ཚད་དང་པོ་ནི། འི་བླ་བམ་སྒྲིབ་དུ་འགྲོ་བམ།

ཅུ་རྒྱུད་བླ་མ་རྒྱལ་བ་སྒྲུབ་བཅས་ཚོགས།

འཕགས་པ་མཚོག་ནམས་ལ་གཏོར་མཚན་རྒྱུ་མཚོའི་སྒྲིབ།

གུས་པས་སྤུལ་བས་བདག་སོགས་འགྲོ་ཀླུ་ལ།

བཅུ་བས་བསྒྲུབ་ཅིང་འི་བླ་སྒྲིབ་བསྒྲུབ་ཀྱི་གསོལ།

བཅུ་ཚད་གཉིས་པ་ལ། སྒྲུབ་ཐབས་ཀྱི་བླ་བམ་གཟུངས་སྒྲགས་དང་། ཏཱ་མྱི་སོགས་ཀྱི་མཐུམ།

ཡི་དམ་ཁྱིེ་ཁྱིེ་རྒྱལ་བ་རྒྱུ་མཚོ་དང་།

གུས་པ་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་ཚོས་སྒྲིབ་ཚོགས་ནམས་ལ།

ཟུག་མེད་བདུད་རྩི་གཏོར་མཁའ་འདི་འབྱུལ་བས།

དངོས་སྒྲུབ་ཀླུ་སྒྲིབ་བས་ཚད་བསལ་དུ་གསོལ།

གསུམ་པ་ཡང་སྒྲུབ་བཞི་ལ་འི་བླ་བམ་མཚན་པ་སོགས་ཀྱི་མཐུམ།

ལྷ་མིའི་བླ་བམ་བདེན་པའི་ཚོགས་སྒྲུབ་ཅིང་།

འི་གསུམ་པ་མཚན་པ་མཐུ་བཅུས་ཀླུ་ལ་ཡང་།

ཞལ་ཟུག་བདུད་རྩི་གཏོར་མཁའ་འདི་འབྱུལ་གྱི།

སྒྲིབ་འགྲོ་བདེ་བའི་སྒྲིབ་ལམ་མཚན་དུ་གསོལ།

བཞི་པ་ཡང་འི་བླ་བམ་མཚན་པ་སོགས་སྒྲུབ་བཞི་ལ་བྱས་ལ།

ལྷ་བླ་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་ཡི་ཤེས་ཐོར་ལྷ་འི་ཚོགས།

སྒྲིབ་པའི་དམ་ཚོས་སྒྲིབ་པའི་འི་གསུམ་ནམས་ལ།

ཆུ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་མཛད་པ་སྤྱུང་ཏེ་བཀོད་པ་བསྐྱས་ཆོག་བདུད་རྩི་འདོད་འཛོེ།

འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོག་མ་མཆོད་གཏོར་འདི་སྤུལ་བས།
རྒྱལ་བསྐྱེད་ཡུན་རིང་གནས་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

འདི་མཁུ་ཆད་ན་མས་ལ་གཟུངས་སྤྲུགས་བྱིན་རྒྱབས་ན་མས་གོང་བཞིན་ལས། བྱད་པར་

ཁྱེད་མོ་སྤྱོད་ཆོག་མ་མཆོད་གཏོར་འདི་སྤུལ་བས།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་མངའ་ལ་སྤྱུག་འཆའ་ལོ།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་མཛེས་དམ་པ་ལ་སྤྱུག་འཆའ་ལོ།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་སྤྱུ་འབྱུངས་ཀླུ་ལ་སྤྱུག་འཆའ་ལོ།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཛིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་ཡོངས་སུ་
བྲལ་བ་ལ་སྤྱུག་འཆའ་ལོ།

ལྷ་ཀླུ་གཞོད་སྤྱོད་རི་ཟེ་རྒྱུད་ལྟ།
སྤྱིད་ན་ཆེ་བར་རབ་བྱས་མ་གྲོལ་ཀུན་ལ།
མཆོད་སྤྱོད་བདུད་རྩི་འཛིགས་པ་འདི་འབྱུག་གི།
བཞེས་ནས་འཛིགས་ཏེ་བདེ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

དུག་པ་འཛིགས་ཏེ་གཟུངས་དང་མཆོད་ན་མས་ཀྱི་མཐུལ།
འཛམ་གླིང་གྱི་དང་བྱད་པར་བོད་ཁམས་ཀྱི།
དག་བསྐྱེད་བསྐྱེད་སྤྱོད་དཀར་ཕྱོགས་གཞི་བདག་ཆོག་མས།
མཆོད་སྤྱོད་གཏོར་མ་སྤུལ་བས་ད་གྲུ་མཛད་ལ།
ཆོས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་མཛད་དུ་གསོལ།

བདུན་པ་ཡང་གོང་བཞིན་ལས།

འཛིག་རྟེན་ལྟ་སྒྲིབ་དེགས་པའི་ཆོགས་ནམས་དང་།

ལོག་འདྲེན་གདོན་ཆོགས་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ།

ཇི་ལྟར་འདོད་པའི་ལོངས་སྤྱོད་འདི་སྒྲིབ་པས།

གཞོད་ཅིང་འཆོ་བའི་བསམ་སྤྱོད་བྲལ་བར་མཛོད།

བརྒྱད་པ་ནི།

ཐོག་མེད་དུས་ནས་དལྱའི་བར་དག་ཏུ།

དྲིན་ཅན་པ་མར་སྒྲུབ་པའི་འགྲོ་བྱ་གཤུག་ལ།

ཟག་མེད་སྒྲིབ་པ་རྒྱ་ཆེན་འདིས་ཆོ་མ་ཁིང་།

སྤྲམ་མེད་བྱང་ཆུབ་སྒྲུབ་དུ་ཐོབ་སྒྲུབ་ཅིག།

དགུ་པ་ནི།

བཟོད་དཀའི་སྤྱུག་བསྐྱལ་གྱིས་གདུ་ཡི་དུགས་རིགས་།

ཕྱི་ནང་སྒྲོ་འབྱུང་སྒྲིབ་པ་ཅན་གྲུབ་ལ།

མི་ཟད་བདུད་ཅིའི་ཆར་ཆེན་འདི་པལ་པས།

འདོད་ཡོན་ལོངས་སྤྱོད་དཔལ་ལ་སྤྱོད་པར་ཤོག།

བཅུ་པ་ནི།

ཆོ་རབས་འདི་དང་སྤྱི་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི།

སྒོག་ལུས་ལོངས་སྤྱོད་བྱུ་ལོན་གཤམ་ཅན་ལ།

ཆུ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་མདོར་བསྟུན་ཏེ་བཀོད་པ་བསྟུན་ཆོག་བདུད་རྩི་འདོད་འཛོེ།

ལན་ཆགས་རེ་ལྟོས་སྒྱུར་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།

མཆོད་སྦྱིན་འདིས་འཁོར་བྱང་ཆུབ་སྒྱུར་སྒྱུར་ཅིག།

དེ་ནས་གཏོར་སྔོན་གཅིག་ཏུ་རིམ་བྱ་བ་རྒྱུད་ཆུང་དང་བཅས་པ་བཤམས་ལ། གཟུངས་དང་བྱིན་
ལྷུ་མཆོད་བསྒྲགས་པ་སོགས་གྱི་མཐར།

སྒོ་བྱུར་ལྟག་པའི་མགྲོན་རིགས་ཉམ་ཆུང་ཁིང་།

ལས་ཉེན་དབང་ཆུང་སྟོང་རྗེའི་ཡུལ་སྒྱུར་ལ།

སྦྱིན་པ་འདི་བསྒྲུབ་ཅི་འདོད་ཆོམས་ནས་ཀྱང་།

རྗོད་གསུངས་སྒྱུ་གྱི་ལོ་འཕང་ཐོབ་སྒྱུར་ཅིག།

དེ་ནས་ཆོས་གྱི་སྦྱིན་པ་ནི། དེ་ཡང་གོང་གི་བཅུ་ཚད་ལྟར་མཐོང་ལ་རེ་རེ་བཞིན་སྦྲིལ་བའི་
མཇུག་ཏུ་སྒྱུར་བའལ། ཡང་ན་ཐམས་ཅད་གྱི་མཇུག་འདིར་བྱ་བ་སྟེ། འདི་ཉིད་ཀྱང་རྒྱས་པར་ནི།
ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལས་བྱུང་། སོགས་དང་། ལུས་གྱི་སྒྲིམ་པ་ལེགས་པ་སྟེ། སོགས་གྱི་སྦྱི་
ལྟར་འལ། བསྟུས་པ་ལ་སྦྱོར།

ཆོས་རྣམས་དོབ་ལ་སྦྱོང་རྩ་བལ་ཡང་།

ཀྱུ་བ་རྒྱུ་འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་བསྟུ་མེད་ཚུལ།

རྒྱལ་བའི་གསུང་བཞིན་བྲང་དོར་ཤེས་གྱིས་དང་།

གཏན་བདེའི་བྱང་ཆུབ་དམ་པ་ལྟུར་འཐོབ་འཇུར།

ཀླུ་གྲིས་ཕུན་མོང་དུ་བདེན་པ་བརྟེན་པ་ནི།
 མངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་བདེན་པ་འི་བྱིན་རླབས་དང་།
 བྱང་སྟོང་རིག་འཛིན་ནམས་ཀྱི་མཐུ་རུས་དང་།
 བདག་གི་བསམ་པ་ནམ་དག་བདེན་པ་འི་མཐུས་།
 ཇི་ལྟར་སྟོ་བཞིན་ཐོགས་མེད་འབྱུང་བྱུང་ཅིག།

བཟོད་གསོལ་ནི།

ཡོ་བྱུང་མ་འབྱོར་ཏིང་འཛིན་གཡེལ་བ་དང་།
 གསང་སྤྲུག་མ་དག་ཤོར་འབྱུལ་འབགས་བཅོམ་སོགས་།
 ལྷག་ཆད་ཉེས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཆོགས་ཅི་མཆིས་པ།
 མ་གྲོལ་ནམས་ཀླུ་གྲིས་བཟོད་པར་བཞིས་སུ་གསོལ།
 ཡིག་བརྒྱས་ལྷག་ཆད་ཁ་བསྐྱང་བའང་རུང་དོ།

གཤེགས་གསོལ་ནི།

དེ་ལྟར་མཆོད་སྦྱིན་བཀྲིས་པས་ཀླུ་ཆོམས་ནས་།
 ཡེ་ཤེས་པ་ནམས་རང་བཞིན་གནས་སུ་གཤེགས་།
 ལྷ་སྦྱིན་སྟེ་བརྒྱད་འབྱུང་ཆོགས་མ་ལུས་ཀྱང་།
 གཤོད་བྲལ་རང་རང་གནས་སུ་ལྷུང་དུ་དེངས་།
 བརྟེན་ལྷ། སམ་བྱུང་གཙུག་།

བཤོ་བ་ནི།

སྤྱིན་པ་པདྨ་མཚོ་འཕྲུལ་པ་ཅད་ཀྱི།
 དགོའོག་པ་མཐའ་དག་གཅིག་ཏུ་ལེགས་བསྐྱེད་སྟེ།
 ལ་ཆུབ་པ་གྲོ་བ་པ་སངས་རྒྱལ་ལྷུ་ར་ཐོབ་པའི།
 རྒྱ་ཉིད་ཁོ་བར་ཡོངས་སུ་བསྐྱོབ་པ་བསྟི།

ལྷོ་ལ་མ་ལོ།

[illegible]

བཀྲ་ཤིས་ལྷོ།

[illegible]

གཏོར་མའི་ལྷན་ཐབས་ཀྱི་རིགས་

ཉི་བར་མཁོ་བ་ལགའ་ཞིག་

བཞུགས་སོ།



༥ དཔལ་ལྷན་སྒྲུབ་ཐུགས་རྗེའི་གཏོར་ལ་ཕྱག་འཆའ་ལོ།

ཚུག་ཏོར་གྱི་ལས་རིམ་གཞན་ནམས་གོང་དུ་བསྟན་ནས། འདྲི་ཉི་བར་མཁོ་བའི་ཆ་
ལག་འགའ་ཞིག་སྟོན་ཏེ། དེ་ཡང་སྟོན་དུས་དཀའ་གདམས་རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱེས་ཆེན་ནམས་ཀྱིས་
ཕྱག་བཞེས་སུ་མཛད་པའི་དཀར་ཆ་བཞི་འམ་ཆ་ལྟར་གསུངས་པའི་རིམ་དུ་ནམས་གཏོར་བར་སྟོན་
གཏོར་སྟོན་ནམས་སུ་རིམ་བུ་བདུན་བདུན་རེའི་འབྲུ་འབྲས་སོགས་ཅི་རིགས་ཀྱང་དང་བཅས་པ་
བཤམས་པའི་དང་པོ་དེ་ལ། བསང་སྐྱབ་བྱིན་ལྷན་ནམས་ཇམ་མེར་གྱི་སྐྱབས་ནས་བྱུང་བ་ལྟར།
འབྲུ་གསུམ་གྱིས་བྱིན་ལྷན་ཡལ་ཆད་སྐབས་རྗེས།

བདག་ཉིད་འཕགས་པའི་ཐུགས་ཀའི་རྫོང་ལིག་ལས།

འོད་འཕྲོས་རྗེ་བཙུན་མི་གཡོ་སྐྱེ་མདོག་ལྟར།

རལ་གྱི་ཞགས་པ་འཛིན་པ་སྐྱུན་དངས་ནས།

མདུན་དུ་བད་ཉིད་གདན་ལ་བཞུགས་པར་བྱུང་།

ཨོ་ཙྰ་མ་རྩ་རྩེ་ཏུ་ཕྱུ་ཕྱུ་པར་

ཅས་སྐགས་ལན་བདུན་དང་། ཨྱུ་ཨྱུ་ལ་ས་ཤུ་རི་མ་ར་ཨི་དྲི་བའི་ཏ་
ཁ་ཁ་ཁྲ་ཏི་ཁྲ་ཏི། བཟླ་ཨྱུ་ཏི། སུའུ་ཏི། སོགས་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་ཆུ་སྐྱེད་ལ།

མཆོད་གཏོར་བདུད་རྩི་འུ་མཆོ་འདི་འབྲུལ་ཞིང་།
 མཐོན་པོ་བྱིད་ལ་གྲུ་པ་མ་བསྟོད་ལགས་ན།
 ཉེན་མོངས་བདུད་བཞི་དཔུང་ལས་རྩལ་ཀྱུ་ཞིང་།
 མཆོག་སྤྱོད་དངོས་སྤྱོད་དེད་འདིར་སྤྱུལ་དུ་གསོལ།

ཞེས་འདོད་དོན་གསོལ་ཞིང་དང་གནས་སྤྱོད་ཀྱི་ཞུགས་པར་བསམ།

གཉིས་པ་ནི།

སྤྱུ་ཡང་བདག་ཉིད་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་གྱིས་།
 རྩེ་བཅུ་ལྷན་གསལ་མ་རྩེ་སྤྱུང་རབ་ཏུ་མཛོལ།
 མཆོག་སྤྱོད་ལྷན་པ་བསྟོན་པ་སྤྱོད་དངས་ནས་།
 མཐུན་དུ་པད་ཟེར་དེ་གྱིས་པས་བཞུགས་པར་གྱུར།

མཆོད་གཏོར་གྱི་གྱིས་བསྐྱབས་པ་འབྲུལ་བར་བསམ་ལ་མུ་སྤྱོད་ཞིང་། བ་མཆོས་མ་བྱུང་བོ་

རྩི་སྤྱོད་། ཨ་བྱ་རྩི་ཏ་ཏ་ཤ་པ་བྱ་བྱ། ཉེ་ཉེ་སྤྱོད་པ་ཉི་མ་རྩི་སྤྱོད་མ་བྱུང་ཨ་མ་
 ལོ་ཀྱི་ཏེ། ལྷ་བེལ་བ། ལྷ་བེལ་བ། ཨི་དྲི་བེལ་རྩི་རྩི་པ་ཡ། རྩི་རྩི་པ་ཡ།
 སམ་བེལ་བེལ་རྩི་རྩི། ཨ་རྩི། སྤྱོད་པ་

བདག་གིས་གྲུ་པ་མ་སྤྱུ་པའི་མཆོད་གཏོར་འདི།
 བཞེས་ནས་བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་མཉམས་ཅན་ཀྱུ་བ།
 དན་སོང་འཁོར་བའི་འཛིགས་པ་ཆེན་པོ་ལས།
 རྩི་པ་མཛོད་འཛགས་མ་བྱིད་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།

ཞེས་བཤེད་ལ། ཨྱི་བྱ་ག་ཨ་རྟི་པ་ཏི་ས་པ་རི་ལ་ར་གཙུག་། ཨྱི་ག་རྩྭ་།
 ཏི་ས་རྟེ། ཅ་ལེ་ཅ་ལེ་སྒྲ་། ཞེས་པས་རང་གནས་སྤྱུ་བསྐྱེད་དོ། །སྤྱུ་པ་གི། ཕྱི་བླ་མ་
 གཞན་ལྟ་བུ་ལྟར་དང་ཨྱི་ལྟར་མཁོ་གསུངས་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱི་བླ་མ་པ་ལ།

རང་ཉིད་བཅོམ་ལྷན་རིག་ཆེན་གཟུགས་མཛེས་ཀྱི།
 བྱམས་པའི་ཐུགས་རྟེན་ཡི་དྲགས་ཀྱུན་བསྐྱེད་ས་ཤིང་།
 འདོད་ཡོན་བཟའ་བཏུང་ལོངས་སྤྱོད་སྤུང་ཆོག་ས་པས།
 ཅི་འདོད་རེ་བ་བསྐྱེད་ས་ཤིང་ཆོམས་པར་གྱུར།

ནཱཾ། སྤྱུ་པ་ལ་ཏ་ཐ་ག་ཏ་ལ། ཨ་རྟེ། སྤྱུ་སྤྱི་བྱུ་ལ། ཏ་ཐ་སྤྱི་
 ཨྱི་སྤྱི་སྤྱི་། བྱ་སྤྱི་། བྱ་སྤྱི་། ཏ་ར་ཏ་ར། ཏྱ་ར་ཏྱ་ར། སྤྱི་ཏྱ་ར་སྤྱི་ཏྱ་ར།
 སྤྱི་ར་སྤྱི་ར། སྤྱི་ར་པ་ལ། སྤྱི་ར་པ་ལ། སྤྱི་ར་པ་ལ་ཏ་ཐ་སྤྱི་སྤྱི་། ཞེས་ལན་བརྟན་གསུམ་
 མཁོ་གསུངས་བཤེད་པས་མཁོ་ལོ་དང་བཅས་ཏི་ཆུ་སྤྱི་ལོང་། ཨ་པ་ས་རྩྭ། ཨ་ལ་ཏྱ་ར་པ་ལྟོ་ཏི།
 ད་ད་ལྟོ་ཏི། སྤྱི་ལོ་ཏྱ་རྩྭ་ཏྱ་སྤྱི་ལྟོ། བྱ་ཏྱ་རྩྭ་ཏྱ་རྩྭ་།
 འཕགས་མཛེས་ལྷན་རིག་ཆེན་གཟུགས་མཛེས་ཐུགས་རྟེན་དང་།
 སྤྱི་གས་དང་ཏིང་འཛིན་བདེན་པའི་གཟི་ཕྱིན་གྱིས།
 གནས་ངན་ཡི་དྲགས་འགྲོ་བའི་རིགས་གྱུར་ཀྱུན།
 བདེ་ལྷན་སྤྱུ་ལེད་བྱེད་ཐོབ་གྱུར་ཅིག།

དེདག་གིས་དཀར་ཆ་བཞི་འཛིན་པ་རྒྱལ་ཐུབ་ནས། ཆ་ལྔ་པ་ལྟར་ན་གཞི་བདག་དཀར་ཕྱོགས་
སྒྲོལ་བ་རྒྱལ་པ་བསྐྱོད་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་གི་གོང་གི་བརྒྱ་ཅུ་འཛིན་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་འབྲེལ་པར་བོད་ལམ་སྒྱུ་ཞེས་
མོག་ས་ལྟར་བདག་ས་ལྟུང་གིས། འདིར་ཆ་བཞི་པ་ཁོ་ནར་བྱས་པ་ལོ། །དཀར་ཆ་བཞི་འདི་དག་གི་བརྒྱ་
ཅུ་འཛིན་གྱི་གདུག་དྲུག་ཡང་རུང་མོད་ཀྱང་། དེ་དང་མཐུན་ཆེ་བའི་ལག་ལེན་དུ་འདི་དག་སྒྲོལ་པ་བྱུང་ཆེས།
དེ་ནས་བརྒྱ་ཅུ་དང་། དེ་ནས་ཆེ་འདས་མོག་ས་ལ་དམིགས་ན་བར་དོར་བཞི་དང་། དེ་ནས་ལྟར་བཞི་ལ་
ཆ་གསུམ་མོག་ས་གང་འོས་སྒྲུབ་དང་སྒྲོམ། མཛེད་པ་ཉིད་ཁོ་ན་མང་ངོ། །དེ་ལ་བར་དོར་བཞི་གི་
བརྒྱ་ཅུ་འཛིན་དུ་མ་ལྟུང་པ་ཞིག་མེད་མོད་ཀྱང་། ག་གི་བོ་འཛིན་དུ་སྒྲུབ་པར་སྒྲོལ། གཏོར་སྒྲོལ་བཞི་བ་
འི་ལུ་བདུན་བདུན་ཐམ་ཉིར་གཅིག་མོག་ས་གང་འབྱོར་ཆུང་དང་བཅས་པ་བཤམ་ས་ལ། བསམ་སྒྲུབ་བྱིན་ལྟུང་ས་
ཀྱི་ལྟར་དང་། སྒྲུབ་འཛིན་གཟུངས་ཅི་མང་བཟོད་ཅིང་། ཆ་དང་བོ་གི། ལྷན་མོག་ས་ཀྱིས་མཛོད་ལ།

བཅུ་ལྔ་ཕྱོགས་བཅུ་འཛིན་ལ་བཤམ་ས་དང་།

སྒྲུབ་ས་གནས་སྒྲུབ་པ་ཡི་དམ་ལྟོ་ཆོག་ས་རྒྱལ་ས།

མཛོད་གཏོར་འདི་བཞིས་བར་དོར་མེས་མེས་ཅན་ལ།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་རྗེས་སུ་གཟུང་དུ་གསོལ།

གཉིས་པ་ཡང་བྱིན་ལྟུང་ས་མཛོད་མོག་ས་གོང་ལྟར་ལས།

ཡེ་ཤེས་ལས་སྒྲུབ་གནས་གསུམ་མཁའ་འགྲོ་དང་།

དམ་ཅན་བརྒྱ་མཛོད་བཀའ་སྒྲུབ་ཆོག་ས་བཅས་ཀྱང་།

ཐུགས་དམ་བསྐྱེད་ས་ནས་ཉམ་ཐག་མེས་མེས་ཅན་གྱི།

སྒྲུབ་ས་མཁོན་དུང་གཉིས་དམ་པ་མཛེད་དུ་གསོལ།

གསུམ་པ་ལ་བྱིན་ལྷ་བླ་མ་སྤར་བ་ཞིན་ལས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞིའི་མཚན་བསྟན་ཅིང།

ཆོ་འདས་ནམས་ལ་གནོད་ཅིང་འཆོ་བྱེད་ཅིང་།།

ལན་ཆགས་ཤིག་ཤེད་བཞེགས་རིག་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་།།

མཆོད་སྦྱོན་འདི་ཡིས་མཁུ་ཁིང་ཆོ་མ་གྱིས་ལ།།

ཐར་པའི་ལམ་གྱི་གཤགས་དང་འཆོ་བ་སྤོང་།།

བཞིཔ་ཡང་མཚན་སོགས་གོང་ལྟར་དང།

སྤྲུམ་པོར་ནས་སྤྲུམ་མ་བྱུངས་པའི།།

བར་དོའི་འགྲོ་ཀླན་སྦྱོན་པ་འདིས་ཆོ་མ་ཁིང་།།

ལུས་སྤང་འདིགས་སྒྲག་སྒྲག་བསྐལ་ཀླན་བྲལ་ནས།།

དག་པའི་ཁིང་དུ་བརྟམ་ཏེ་སྦྱེ་བར་ཤོག།

རྒྱལ་པར་སྤོ་ནམི་འཁྲུག་པའི་ཆུ་བྱིན་ཡང་འདིར་བྱ་ཁིང་། སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་བདེན་པའི་བྱིན་
ལྷ་མ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་བསྟོན་ཁིང་སྦྱོན་ལམ་ཅི་རིགས་ཀྱང་གདབ་པར་བྱའོ།

༥ རྩེ་བཙུན་དམ་པ་རྒྱ་གར་བའི་ལུགས་ཀྱི་འབྱུང་བཞིའི་གཏོར་མ་བྱེད་པར་འདོད་ན་འབྱུང་བ་
བཞི་མཚན་བྱེད་ཀྱི་གཏོར་མ་རྒྱ་གམ། ལྷ་གསུམ། ལྷུ་མ་པོ། ལྷ་བཞི་ནམས་དང་། དར་སྤྱད་ཆད་ལུ་དང་
བཙམ་པ་བཤམས་ལ། བརྩ་མ་ལྷི་ཏ་སོགས་ནས། ལྷ་བྲ་ལྷའི་མཐར།

རིན་ཆེན་སྦྱོང་དུ་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་ཡི།།

དོ་བོ་ཉིད་ལ་ནམ་པ་འབྱུང་བཞིའི་ཚུལ།།

ཕུལ་བས་ད་རྒྱལ་ཚད་ནད་ག་ཤིན་མེད་གདོན།
ཞི་ཞིང་ཚོ་དཔལ་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱས་པར་མཛོད།

ཨྲོ། ལྷ་ལྷ། པ་པ་བ་བླ་མ། བདུན་བཟུངས། མཚོད་པས་མཚོད་ཅིང་།
དཔལ་ལྷན་བླ་མ་ཆགས་མེད་པ་དྲུའི་རིག་པ།
སྤྱུལ་ལེའོར་བཅས་ལ་ཆུ་རྒྱས་མཚོད་པའི་སྤྱིན།
ཕུལ་བས་ལོད་ཆགས་གང་ནད་ལྷ་གདོན་ཚོགས་པ།
ཞི་ཞིང་སྤངས་ཅིང་དབང་དུ་ལདུ་བར་མཛོད།

ལྷོ། ལྷོ་ལྷོ། ཏ་ཐ་ད་རྒྱ་བ། བདུན་དང་། མཚོད་ཅིང་།
དཔལ་ལྷན་བླ་མ་ཐོགས་མེད་ལས་གྱི་རིག་པ།
སྤྱུལ་ལེའོར་བཅས་ལ་ས་རྒྱས་མཚོད་པའི་སྤྱིན།
ཕུལ་བས་སྤྱག་དོག་བད་ཀྱན་ལོང་པའི་གདོན།
ཞི་ཞིང་གཞོད་བྱེད་རྒྱལ་དུ་བཟུངས་པར་མཛོད།

དེ་ནས་དར་སྤྱད་ལ་འབྱུག་སྤྱུང་དང་། སྤྱུ་འདི་སྤྱགས་དང་། ལྷ་ཀྱའི་སྤྱིན་སྤྱིན་བཟུངས་ཅིང་།
དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞིའི་མཚན་བཛོད་ལ།

འདོད་ཡོན་ལྷ་ལྷན་སྤྱད་གཏོར་བཟང་པོ་འདི།
འབྱུང་བ་ས་ཆུ་མེ་རླུང་བྱག་དང་ཤིང་།
ནམ་མཁའ་ལ་བརྟེན་ལྷ་སྤྱན་འབྱུང་པའི་རིག་པ།
སྤངས་ཞིང་སྤིང་པའི་ལྷ་འདྲེའི་ཚོགས་ལ་བསྟོ།

བྱལ་གཏོར་ཆུ་བའི་རིམ་བ་

ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་ཚུལ་

བཞུགས་སོ།།



༥ བོ་མོ་ལོ་གེ་ཤར་ཡ།

དེ་ཡང་སྐྱབ་ཐོབ་ཤངས་པ་བཀའ་བརྒྱུད་ལས་བྱོལ་པའི་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་དཔོན་རྟོན་འོན་
 ངོ་ཆེ་སྐྱེར་སྒྲིབ་པ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་སྐྱབ་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཀའ་གསུངས་པའི་སྐྱབས་ཤིག་ཏུ་སྐྱོབ་བདག་
 གིས་འོན་གྱིས་གདུག་པ་དང་སྤོངས་ཤིང་སྒྲུལ་ས་ཀྱང་བཀའ་འཁུལ་བསྐྱེད་པའི་དོར་ཡོན་བདག་གིས་མཐུན་པ་
 ཤས་བྱོལ་པས། དེ་ལ་ཁབས་ཏྲོག་གི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལས་ཀྱིས་བཅུངས་པའི་སྐྱེས་སྐྱེད་ཡོན་པར་སྐྱེད་བ་
 དེ་དག་བཞེས་པའི་སྐྱེར་གྱི་ཉེས་པའི་མཐུས། སྤར་ནས་ཐུགས་དམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དཔག་མེད་ཡོད་
 པ་ཐམས་ཅད་འགྲིག་ཅིང་སྐྱེས་ལུས་ལ་ཡང་མི་བདེ་བའི་ནམ་པ་དུ་མ་དང་། མཐུལ་ལམ་མོགས་
 ཀྱང་མི་བཟང་འཛིགས་རུང་གི་སྤྱད་བའའབའའཁིག་བྱུང་བའ་ཕན་ཐབས་ཀྱི་རིགས་ཅི་བྱས་ཀྱང་མོར་
 མ་ཆུད་པས། འཕགས་པ་ཐུགས་མེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཀའ་བཏེ། འཕགས་
 པས་དཀོར་གྱི་ཉེས་པ་སྐྱོང་བའི་ཐབས་བྱུལ་གཏོར་གྱི་གདམས་པ་འདི་དངོས་སུ་གཞན་བའ་བཞིན་
 མཛད་པས། བར་ཆད་དེ་ཐམས་ཅད་ཁོ་ཁོ་བོ་ཐུགས་དམ་གྱི་ཡོན་ཏན་རྒྱུ་མོང་འཕེལ་དུ་སྐྱེར་
 པ་བྱུང་བ་སྟེ། དེས་ན་འདི་འདྲེས་པར་དོང་སངས་ཀྱི་ཆོས་པ་རྒྱུ་མཐུལ་ལ་མེད་ཁ་མེད་ལྟ་བུར་སྐྱེད་བས་
 བརྟེན་འཛུལ་ཏེ།

དེལ་གཏོར་སྒྲིབ་ཀྱི་དང་པོ་གཉིས་སུ་འཕྱུར་གཅིག་པེ་དང་། འོག་མ་གསུམ་དུ་འཕྱུར་དུབ་
 རེ་ཆུ་དང་བཅས་པ་ཚུལ་བཞིན་བཤམས་ནས་གཏོར་མ་གཞན་དང་མི་འབྲེལ་བ་སྐྱབས་ཐེམས་ཡན་ལག་བདུབ་
 མོགས་སྒྲོལ་འགོ་ནམས་ཀྱང་སྤྱི་ལྟར་བྱས་ལ། དངོས་གཞི་གཏོར་སྒྲིབ་དང་པོ་དེལ། བཟླ་ཨ་མྲི་ཏའི་
 རྒྱགས་ཀྱིས་བསངས། སྤྱ་བྲེ་ལས་སྒྲིབ་པ་ཉིད་དུ་སྦྱངས་ཏེ།

བྱིབ་རྒྱབས་ནི།

འོག་ཆེན་གཏོར་སྒྲིབ་མཆོག་ཏུ་ཡངས་པ་རུ།

གཏོར་མ་ཟེག་མེད་བདུད་རྩི་འི་རྒྱ་མཆོར་བསྐྱེད།

བདག་གི་ལུས་ལས་ལུས་ཆོག་ས་དཔག་མེད་འཕྲོས།

བདུད་རྩི་འི་ནང་སྒྲིབ་དཀར་གསུམ་མངར་གསུམ་སོགས།

མཆོད་རྗེས་ཀྱི་བཟང་ནམ་འབྲུལ་རྒྱ་ཆེར་གྱུར།

ཨོ་ཨྲཱ་ཧྲཱ།

དཀོན་མཆོག་ནམ་གསུམ་ཉན་རང་བྱང་སེམས་དང་།

གཙང་མི་ཆོས་སྦྱང་དཀར་ཕྱོགས་དག་བསྐྱེད་སོགས།

དཀར་མཆོད་ལ་དབྱེས་གཏོར་མཐོན་མ་ལུས་ཀྱི།

མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་ཐུང་ལྟར་བཞགས་སྒྱུར།

ནམ་ཨོ་སྤྱུ་ལྷ་ག་ཏྲ་ལྷ་ཨ་མའི་གཏེ། ཨོ་སྤྱུ་ར་སྤྱུ་ར་ཧྲཱ།

གོང་གི་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུབ་མཚན་ཉིད་གཅིག་དང་ཡིག་དྲུག་ཆུ་ཕྱིན་པ་མེ་གོལ་ཉིད་གཅིག་ ཅུ་རྒྱུ་
སྒྲུབ་ཀྱི་མཚན་དཔེ།

བདག་ལུས་ཁྱུ་བའི་དམ་ཚུལ་འདི་སྤུལ་བས།
སྤྲུལ་འདི་དགོར་དང་དགྱིལ་འཁོར་གཏོར་ཚོགས་རྒྱུ་ལི།
དགོར་ལ་འབགས་དང་ཟབ་མོའི་དབང་ཚོས་སྒྲུབ་ས།
འོར་ཕྱིར་བཅོངས་དང་སྤྲུལ་མཚེད་ལུལ་ལ།
དམ་ཚོགས་ཉིས་ལྟ་བུ་བསལ་གས་བྱུང་གྱུར་ཅིག།

བྱུལ་པ་པའི་བྱུགས་རྒྱུ་བདག་ལ་དགོངས་ནས་ཀྱང་།
གཉིས་མེད་དབྱིངས་སྤྲུལ་མི་འགྱུར་བདག་བཀོད་དེ།
མི་དམིགས་པ་བཏང་སྤྲུལ་པ་དང་བཀུགས་ནས་ཀྱང་།
གཉིས་མེད་དོན་གྱི་ཚད་སྤྲུལ་དུ་གསོལ།
སྒྲུབ་ཀྱིས་བཤགས་པ་བྱུང་།

༥ རྣམ་གསུམ་པར་བསང་སྤྱད་གོང་ལྟར་བྱས་ལ།
སྤྱོད་གསུམ་མཉམ་པའི་རིག་ཆེན་སྤྱོད་པར་དུ།
གཏོར་རྒྱུ་གཟུགས་སྤྱི་རིམ་གྱུ་ལུགས།
བདག་གི་ལུས་ལས་ལུས་ཚོགས་དཔག་མེད་འཕྲོས།
དགོས་འདོད་འབྱུང་བའི་ཡིད་བཞིན་འོར་བྱུང་།
འདོད་ཡོན་ཟད་མེད་ལྟན་ལྟན་མེད་པོར་བྱུང་།

ཨོྭ་ཨྲཱེ་ཧྲཱི།

ཁམས་གསུམ་སྤྱི་དཔ་བསྐྱུ་པའི་སྒྲུབ་འགྲོའི་རིགས།

ཐོག་མེད་དཔར་མ་མར་སྒྱུར་པ་ཡི།

དྲིལ་ཅན་སྤྱི་མེད་མཐོ་ཆོག་སྐུ་ལུས་ཀྱུར།

མདུན་དུ་སྐྱུ་གཞི་བྱུང་པ་འདུས་པར་སྒྱུར།

ནུབ་སྐྱུ་ཏ་ཐུག་ཏ་ཨ་མ་ལོ་ཀི་ཏ། ཨོྭ་སྐྱུ་ར་སྐྱུ་ར་ཧྲཱི།

ཚར་བདུན་དང་། ཡིག་དུག་ཆུ་ཐིགས་སེ་གོལ་བདུན་གྱི་མཐར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་བཞིན་

མཚན་ཡང་བསྒྲགས་ཅིང་།

བདག་ལུས་ཁུ་བའི་འདྲོད་ཡོན་འདྲི་བྱེད་པས།

སེ་སེར་ཅི་འདྲོད་སྐྱུ་སྐུ་མཚོགས་ཐོབ་ཅིང་།

དད་མཆས་གཤེན་དཀོར་སྒྲིབ་པ་ཀྱུར་བྱུང་ནས།

ཕ་མའི་དྲིལ་ལན་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་སྒྱུར་ཅིག།

སྐྱུ་བ་ཆུ་ཆེན་སྒྱུར་པའདྲི་ཡིས་ནི།

སོགས་ཀྱང་བརྗོད་དོ།

༥ སྒྲོད་བཞི་པར་གོང་བཞིན་བསང་སྒྱུང་ལ།

གཏོར་སྒྲོད་ཆུ་ཆེན་ནམ་མཁའ་མཉམ་པ་རུ།

གཏོར་མ་བདུད་ཅི་འདྲོད་ཡོན་སྐྱུ་ཆོགས་བཀའ།

བདག་གི་ལུས་ལས་ལུས་ཆོགས་དཔག་མེད་འཕྲོས།

བདུ་ཕྱི་འི་བད་མོང་ཅི་འདོད་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱིས།
གཞོན་བྱེད་བག་གསལ་ཚོ་གསལ་འཛོལ་ལྷན་སྤྱོད་ལྟུང་།

ཨོཾ་ཨཱུཾ་ཧཱུྃ།

དུག་གསུམ་ལས་དང་མ་འགྲུལ་རྟོག་གི།
 རྒྱལ་བས་ལས་སྐྱབ་གཞི་དབྱེད་གཞི་བཟོག་མ་འགྲུལ་།
 སྒྲིང་མིང་ཀུན་ནས་གར་གནས་ཅི་འདོད་ཀུན་།
 སྐད་ཅིག་ཅི་མ་ལ་བདག་དུང་འཆོག་པར་གྱུར་།

སྐུ་ར་དང་ཡིག་རྩ་ཆུ་ཐོག་ས་མེ་གོལ་བརྟན་དང་། ལམ་ཆོས་པའི་ཡང་བརྩོད་ནས།

བདག་ལུས་ཁྱེད་པའི་སྒྱུ་པའི་མཆོག་རབ་འདི།
 ལན་ཆགས་བཞགས་རིགས་ཀྱུ་ལ་བསྡུས་པའི་མཐུས།
 དགའ་མཁུ་ཆོམས་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་འཆོའི་མཐུས།
 ཁྱིའི་ལན་ཆགས་ཀྱུ་ལ་ཁོར་བྱ་རྒྱུ་བཤམ།

འབྱུང་པོ་གང་དག་འདིར་ཐོས་ལྟ་བུར་ཏེ།

མཁའ་མ་བཞེད་དེ།

༩ གཏོར་སྒྲོན་ལ་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་ལ་ལ་རུ་ཅའི་གཏོར་མ་སྟེ། རྒྱ་གཏོར་རྒྱལ་པ་གཞུག་བྱེད་བའི་ཉིད་
མ་བྱས་ཀྱང་རུང་མོད་ཀྱི། འདི་ནི་སྐུ་བ་རམ་གཟིགས་དང་། དཔེ་བྱ་སྟོན་པེ་བཅེ་གཉིས་ཀའི་སྐུ་བ་སྣེ་དམ་
བཅས་པའི་ཚོས་སྣང་ཡིན་ཀྱིར་བྱུལ་གཏོར་ཀྱི་སྒྲུབ་པའི་དེར་གཏོར་བའི་ཕྱག་སྟོལ་དུ་སྒྲུབ་ཚོ། འདིར་ཡང་
བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ། བསང་སྣང་སོགས་སྣ་མཁྱེར་པས་ལུས་ཁུ་བ་དེ་འདི་མི་དགོས་ཤིང་།

ཕྱིན་སྐབས་ནི།

འོ་ཆེན་གཏོར་གཞིང་གཙང་མངའ་སྤྱི་བདུན།

གཏོར་ཇམ་ལྟ་ཡི་བདུད་ཅི་རྒྱུ་མཆོས་གཏམས།

དཀར་ཕྱོགས་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་ལ་བྱུང་དང་།

མཆོད་པའི་རིག་སྐྱོད་པ་དཔག་མེད་རབ་ལྡན་གྱུར།

ཨོྭ་ཨྲ་གླ་རི་བྱ་ཤི་མཐད་སྒྲུབ། ཨྲ་ཏུ་བྱུང་བྱུང་། ཨོྷ་ཨྲ་ཁྱེ་པན་ལྟུ་ཞུ།

རང་ཉིད་འཕགས་པ་མཆོག་ཕྱག་མཇུག་ཇི་སྐྱེ་བ་གསལ་བའི།

མདུན་དུ་བད་ཟླ་རྩ་ལྔ་ཡི་ག་ཡོངས་གྱུར་ལས།

ཏུ་བདག་ཀྱན་གྱི་གཙོ་བོ་ལ་རུཌ།

དག་པ་མཛེས་རིག་ཆེན་མཁུན་ལྟོན་སྒྲུབ་པ་མཛུགས་ཅན།

ཐུག་བཞིའི་དང་པོར་ཐལ་སྒྱུར་གཡས་འོག་གིས།

འཛིན་ཆེན་སྟོན་ལ་གཤམ་པོ་ལ་དབྱུག་ཏེ་དང་།

ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཤིང་གྲུ་འཁོར་གྲངས་མིང་བཅས།

བདག་གི་མདུན་དུ་གུས་པས་འཁོད་པར་གྱུར།

ཨོཾ་ཧཱུྃ། ས་པུ་རི་མ་ར་བའ་སྐྱ་ཡ་ངེ། པུ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་ལྷ།

སྐྱུ་ར་དང་ཡིག་རྒྱག་ཐོལ་ཆུ་ཐིག་ས་བདུན། ལྷོ་སྐག་ས་ཀྱིས་མཆོད་ཅིང་། མཆོད་

བཞི་པོ་ཡང་བསྒྲུག་པར་རུང་དོ།

སྒྲགས་དང་ཕྱག་རྒྱ་ཏིང་འཛིན་ལེགས་ལྟན་པའི།
 ལཱོད་གཏོར་འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོག་པའི་བཞེས་ལ།
 སངས་རྒྱལ་བསྟན་དར་ཆོས་རྒྱུད་བསམ་དགུའམ་བྱུབ།
 ཆར་ཚུ་དུས་འབབ་སྐྱེའོ་བཤེས་བཤེས་པར་མཛོད།

ཅེས་བསྒྲུབ། བདག་གིས་བསམ་པའི་སྟབས་སོགས་དང་། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཡང་བྱུབ།
 གཏོར་མཐོན་ནམས་རང་གནས་སུ་གཤེགས་སུ་གསོལ་བ་དང་། བསྐྱོབ་སྤྱོད་ལམ་སོགས་ཐེས་ཆོག་
 ནམས་ནི་གཞན་དང་མཐུན་ནོ། །བྱུལ་གཏོར་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཡང་སྤྱོད་སྒྲུབ་ཚུལ་གྱིས་བསམ་བཟང་པོས་བཞེད་
 པ་ལྟར། སྤྱོད་གས་རང་སྒོལ་གྱིས་དཔལ་རིག་དང་གྱི་འདབ་ཞེས་དུ་གྲིས་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ་བར་
 བྱུར་ཅིག། །།བཀྲ་ཤིས།



༥ ལྷུལ་གཏོར་སྒྲུབ་ཀྱི་དོགས་གཙོད་རྩིས་ལ་འགྲུག་འཕྲོམ་དོན་འགའ་བཞུགས་སོ།

༥ ལྷུལ་གཏོར་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ། གཏོར་སྒྲིབ་ཀྱི་འདུག་པའི་ལྷུང་བ་ཤམས་པའི་
དངོས་པོ་བདུད་རྩི་འཁོར་པོ་ལྷུང་པར་བསམ་པ་ནི། གཏོར་མ་གཞན་ལྷུང་སྒྲུབ་
དང་འདྲ་བ་ལས། འདི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། རང་ཉིད་སྒྲུབ་རམ་གཟིགས་སྒྲུབ་
སྒྲིམ་པར་རང་ལུས་ཐམས་པ་འདི་ཉིད་ལས་སྒྲུབ་རང་ལུས་འདི་ཁོ་ན་འདྲ་བ་གཙོག་
འཕྲོམ་གཉིས་འཕྲོམ། གངས་མེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་ཟེད་མེད་དུ་འཕྲོམ་ནས་
གཏོར་མ་བདུད་རྩི་འཁོར་པོ་དེའི་འདུག་པར་བསམ་མཁུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་
ལྷུལ་གཏོར་རིམ་པ་བཞིའི་དང་པོ་དེལ། གཏོར་རྩིས་དང་རང་ལུས་དེར་སྐྱོད་ནས་ཁྱེད་
ཞིང་འདྲེས་པ་དེ་ཐམས་ཅད་དཀར་གསུམ་མའར་གསུམ་ལ་སོགས་མཆོད་པའི་རིགས་
སྒྲོལ་གསུམ་སྒྲུབ་པར་དམིགས་ཏེ་སངས་རྒྱུས་བྱུང་ཐོབ་སྒྲུབ་ཉལ་ཐོབ་རང་རྒྱུལ། གཙོད་
རིགས་དཀར་མཆོག་ལ་མཉམ་པའི་སྒྲོལ་གསུམ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུལ་བར་དམིགས།

༥ གཉིས་པ་དེལ། གཏོར་མ་དེ་ཡང་ཐོད་པ་སྒྲིབ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་ཅུ་མ་
དུ་སྒྲུབ་པའི་འདུག་པའི་གཏོར་རྩིས་ཤིང་བདུད་རྩི་ལ་སོགས་པས་གང་བཤལ། རང་གི་
ལུས་འདི་ལས་འདི་དང་འདྲ་བའི་ལུས་དཔལ་ཁྱེད་པ་འཕྲོམ་ནས་དེར་སྐྱོད་བསམ་བདུད་
རྩི་དེ་ཉིད་སྒྲུབ་རལ། གཏོར་རྩིས་ལ་སོགས་སྒྲུབ་ནང་གི་མཆོད་པ་དཔལ་མེད་སྒྲུབ་
པར་བསམ་མས་ནས། ལྷུང་ཡི་དམ་ལ་འཁའ་འཕྲོལ་སྒྲོལ་ལ་སོགས་སྒྲུབ་ནང་པའི་
སྒྲོལ་གསུམ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྱུལ།

༥ གསུམ་པ་དེལ། གཏོར་སྦྱོང་འོག་ཆེན་ཆུ་ཁྱོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་སྦྱོང་གསུམ་
དང་མཉམ་པ། གཏོར་རྒྱུ་ཀྱང་དོ་བོ་བདུད་རྩི་ལྒྱུ་མཆོའོ་ཆེན་པོ་ཡིན་པལ། རྣམ་པ་
གཟུགས་མཛེས་པ། སྒྲ་སྒྲུབ་པ། རི་ཞིམ་པ། རོ་མང་པ། རེག་བྱ་འཇམ་པ་
ལ་སོགས་འདོད་ཡོན་མཆོང་བ་མེད་པའི་ནད་དུ། བདག་ལུས་འདི་ལས་ལུས་མང་
པོ་འཕྲོས་ནས་ཐིམ་པལ་བརྟེན་ནས་སྤར་ཡང་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་
པར་བསམས་ཏེ་འགྲོ་བ་རིགས་དུ་ག་གི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱུ།

༦ བཞི་པ་དེལ། གཏོར་སྦྱོང་ཆུ་ཁྱོན་རབ་ཏུ་ཆེ་བའི་ནད་དུ། གཏོར་
རྒྱུ་རྣམས་དོ་བོ་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་ལ་རྣམ་པ་བཟའ་བརྟེན་དང་ཤ་བྲག་སྒྲོ་སྟོང་ནད་
ཁྱོད་ཀྱི་དབང་པོ་ལྷ་སོགས་གདོན་བགལ་སྒྲུབ་སོ་སོའི་ཡིད་དང་མཐུན་པའི་དངོས་
པོར་གྱུར་པའི་ནད་དུ། རང་ལུས་ལས་འདི་འདྲ་བ་གངས་མེད་འཕྲོས་ཤིང་དེར་ཐིམ་
པ་དང་། གདོན་བགལ་སྒྲུབ་ལ་འཕྲུང་པོ་གཞོད་བྱེད་རྣམས་སོ་སོ་ཇི་ལྟར་
འདོད་པའི་ཡོངས་སྦྱོང་དུ་གྱུར་ནས་བསྐྱོས་པས། ལན་ཆགས་བགལ་སྒྲུབ་
མཐའ་དག་མཁུ་ཞིང་ཆོམ་སྟོ་གཞན་ལ་གཞོད་འཆོའི་བསམ་སྦྱོར་ཞི་ཞིང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་
གོ་འཕང་ལ་འཁོད་པར་བསམ།

༧ ལྔ་པ་ལ་ནི། རང་ལུས་ཁུ་བ་དེ་བྱེད་མི་དགོས་པར། གྲུ་རྒྱལ་འཁོར་
བཙས་ཀྱི་ཐུགས་དང་མཐུན་པའི་མཆོད་རྗེས་གྲུ་སྒྲུབ་སོགས་ཅི་འདོད་ཀྱི་ཡོངས་སྦྱོང་དུ།

དམིགས་ནས་སྤུལ་བ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་སྤུལ་གཏོར་ཞེས་མིང་དུ་བཏགས་པའི་རྒྱ་
མཚན་ནོ། །རང་ལུས་མང་པོ་སྒྲོམ་ནས་གཏོར་མའི་ནང་དུ་སྤུལ་བར་བསྒྲོམ་མཉམ་སྤུལ་
གཏོར་དུ་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་པར་སྣང་ལ། འདི་ཁོར་དག་ཅིག་སུ་གཏོར་ན་ཐོག་
མར་སྐྱབས་སེམས་ཡན་ལག་བདུན་པ་དང་། མཐུག་ཏུ་བསྒྲོ་སྒྲོན་བཟླ་ཤིས་གཤེགས་
གསོལ་སོགས་དགོས་མོད་ཀྱང་། དིངས་དགའ་ཏོར་མ་གཞུང་དངོས་དང་སྤྱེལ་ནས་
གཏོར་བ་ཡིན་ཆོ། །བརྒྱ་ཅུ་ཆར་ནས། ལྷག་གཏོར་དང་ཆོས་སྤྱི་ནི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱ་
བསྒྲོ་བཞིན་ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱུང་གྱུར་ཅིག །ཅིས་པའི་སྐབས་དེར་སྤུལ་གཏོར་
བཤམས་ནས་བཏང་། དེ་ཆར་བ་དང་ཡང་། བར་དོ་ཆ་བཞིའམ་འབྱུང་བཞི་སོགས་
གང་གཏོར་བར་མོས་པ་ནམས་དལ་ཁོམ་དང་བསྐྱུན་ནས་བཏང་བའི་རྒྱུ་ལ། གཏོར་
ཆས་བསྐྱབ་པའི་སྐབས་སུ།

ཡོ་བྱང་མའའ་བྱོར་ཏིང་འཛིན་གཡེལ་བ་དང་།

ཞེས་སོགས་ཀྱི་བཤམས་པ་དང་། གཤེགས་གསོལ། བསྒྲོ་བ།
སྒྲོན་ལམ། བཟླ་ཤིས་ནམས་བྱ་བ་ཡིན་ནོ། །

ཡང་། གཏོར་མ་ཞིག་གཏོར་སྤྱིན་ཆད་བརྒྱ་ཅུ་མ་བཏང་བའི་ཐབས་
མེད་ཅིང་། བརྒྱ་ཅུའི་ཁོག་ཏུ་གཞན་ཐམས་ཅད་ཆད་ཁིང་འདུས་པའི་གནད་ཀྱིས་འདི་
གཅིག་སུ་མི་ཆོག་རྒྱ་མེད་པ་དང་། ཡང་། རྒྱས་པར་བྱེད་སྒྲོ་ན་དག་རེ་ཆ་བཞི།

ཇི་ལྟར། བྱུལ་གཏོར་བར་དོ། འབྱུང་བཞི་ལ་སོགས་ནམས་ཅེ་མོས་བྱས་ནས་
བཏང་བས་ཡོང་བ་དང་། གཞན་གང་ཡང་མི་གཏོར་ན། མཚོད་པའི་མཇུག་གི་
ཚུ་སྒྲིབ་དེ་ནི་དེས་པར་དགོས་ཚེ། དེ་དང་བསྐྱུ་ཅ་བཏང་ནས་མཇུག་གི་ལས་རིམ་
ནམས་བྱས་པས་འབྲས་པ་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བྱགས་ལ་བཞུགས་མཛོད། ཅེས་འཕྲུལ་
མར་མཚམས་མལ་ནས་དགོེ། །



ལྷ་གཏོར་ཤིན་རུ་བསྐྱུས་པ་ཉམས་སྲུབ་བའི་

ཐབས་ཡིད་བཞིན་སྤྱོད་པོ་ཞེས་བྱ་བ་

བཞུགས་སོ།།



ས་གཤིག་གཤིག་ཁང་རིན་ཆེན་གྱི།

སྤྱིད་ཚལ་གཤིག་ཡམས་ཉམས་དགའ་བར།

བདག་ཉིད་འཕགས་མཆོག་མཛེས་འཛུམ་དགའ།

མཆོད་སྦྱོར་མེ་རྟག་ཡོངས་སྤྱི་ཚལ།

རིགས་བདག་སྤྱད་མཐའི་དབུ་བརྒྱན་ཅིང་།

སྤྱིད་གསལ་འཛུམ་འོད་སྤྱིར་བཀྱགས་སྤྱར།

ཨོམ་ཁྱི་པ་རྩེ་རྒྱུ། རྩེ་ཡོ་ཁྱི། ཨོམ་རྩེ་རྒྱུ།

ཉིད་འཛིན་སྦྱོར་ལམ་ལས་སྤྱབ་པའི།

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་པའི་སྦྱོར།

ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་ཡོངས་སྤྱབ་ཅིང་།

ཟག་མེད་རྒྱལ་བ་མཉམ་པར་སྤྱར།

ནམ་མཁའ་སྤྱོད་པ་རྩེ་རྒྱུ། རྩེ་ཡོ་ཁྱི་རྩེ་རྒྱུ། མཆོད་སྦྱོར་དང་མཉམ་པའི་ཐབས་ཡིན་པའི་བྱིན་པོ།

ཉིད་འཛིན་སྦྱོར་ལམ་ལས་སྤྱབ་པའི།

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་པའི་སྦྱོར།

ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་ཡོངས་སྤྱབ་ཅིང་།

ཟག་མེད་རྒྱལ་བ་མཉམ་པར་སྤྱར།

ཉིད་འཛིན་སྦྱོར་ལམ་ལས་སྤྱབ་པའི།

ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་མཆོད་པའི་སྦྱོར།

བཟླ་སྐྱེ་ལྷ་ལྷོ་བཟླ་ཀ་མ་ལ་ཡེ་སྒྲི།

ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་དག་པའི་ཚུས།

རྒྱལ་བའི་སྒྲུབ་ཀྱིས་གསོལ་ཞིང་།

དེ་མེད་མཆོད་ཆོག་སྐྱེ་མཆོད་ཡིས།

རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བ་མཉམ་པར་བྱུང་།

ས་པ་རི་མ་ར་བཟླ་ཨ་རྒྱ། བཟླ་ བཟླ་ རྒྱལ་ ཨ་ལོ་ཀེ། གཞུ།

འཇིག་རྟེན། འཇིག་རྟེན་རྒྱུ་ལྷོ་ལྷོ། བདག་གིས་དེ་རིང་སྐྱེ་པ་ཐམས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ནས། མེས་ས་

ཅན་རྣམས་ལ་བདེ་འབྱོར་ཤོག། རྩིས་པའི་བར་བྱལ།

༥ དེ་ནས་གཏོར་མ་བརྒྱུ་བ་ཤམས་ལ། རི་མ་པ་ལྟར་རེ་རེ་བཞིན་དུ་བྱིན་ལྷབས་དང་གཟུངས་

སྐྱེས་པ་བཟླ་ཞིང་། བཟླ་ཚན་བཞི་པ་ལ་ཨ་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོད། ལྷ་པ་མཉམ་པ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་

བཞིའི་མཆོད་བསྐྱེག་པར་བྱལ། །དང་པོ་བྱིན་ལྷབས་ནི།

ཨོ་བཟླ་ཨ་མྱི་ཏ་ཀུ་ལྷ་ལི་ཏ་པ་ཏ་པ་ལྷོ་ཕུ། ཨོ་སྐྱེ་བུ་མ་ཤུ་ལྷོ་ལྷོ་

སམ་རྒྱུ་ལྷོ་ སྐྱེ་བུ་མ་ཤུ་ལྷོ་ལྷོ་

རི་མཆོད་གཏོར་སྐྱེ་དཔྱེ་མཆོད་དུ།

གཏོར་རྩིས་ཡེ་ཤེས་བདུད་རྩི་མཆོད།

ཅི་འདོད་དགུམ་པ་སྐྱོད་བྱེད་པའི།

འདོད་འབྱུང་ལོངས་སྤྱོད་ཆེན་པོར་གྱུར།

ཨོཾ་ཨཱུཾ་ཧྱཱཾ།

ཞེས་ལན་གཅིག་དང་། བ་མ་སྐྱེ་བ་ཏུ་སྐྱེ་བ་ཏུ་མ་ལོ་ལོ་གི་ཏེ།

ཨོ་མི་བུ་ར་

མི་བླ་རྩྱུ་། ལན་བརྩུ་རེ་བཟུམ།

བརྩུ་ཚན་དང་པོ་ལ།

ཕ་རྒྱུད་སྤྲེལ་རྒྱུལ་བའི་ཆོག་ལ།

སྐུལ་འཁོར་བཅས་ལ་མཆོད་བསྐྱིས་པས།

བདག་སྐྱེས་འགྲོ་བ་ལ་ལུས་ལ།

ཐུགས་རྗེས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་ཏུ་གསོལ།

གཉིས་པ་ལ།

ཡི་དམ་ཞི་བོ་རྒྱུ་འཛོལ་བ་སྟེ།

ཨོཾ་སྒྲིང་སྒྲིང་མའ་བཅས་ལ་འབུལ།

མཚོ་ལ་བྱུང་དངོས་གྲུབ་ཀྱང་སྤྱོད་ཁིང་།

རྒྱལ་བཞིའི་ཕྱི་ལ་ལས་འགྲུབ་པར་མཛོད།

གསུམ་པ་ནི།

ལྷ་མིའི་དང་སྒྲིང་རིག་སྒྲུག་ས་འཆང་།

བདེན་ཚིག་གྲུབ་པ་རྣམས་ལ་འབྱུང་།

འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀྱུན་བདེ་ལེགས་ཀྱི།

ཡོན་ཏན་འབྱུང་བར་མཛོད་དུ་གསོལ།

བཞི་པ་ནི།

ནོར་རྒྱུང་དངོས་སྒྲུབ་སྟེར་བའི་ལྟ།

ཇོ་མ་ལྟའི་རིགས་སོགས་ཀྱུན་ལ་འབྱུལ།

ཚེས་དང་མཐུན་པའི་འདོད་དགུ་ཡི།

བདག་སོགས་ཟེ་བ་རྒྱུང་བར་མཛོད།

ལྔ་པ་ནི།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རིན་ཆེན་མང་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་གཟུགས་མཛོས་དམ་པ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་རྒྱ་འཇམ་གྲུལ་ལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་འཛིག་ས་པ་ཐམས་ཅད་དང་

ཡོངས་སྒྲུབ་ལ་བལ་ཕྱག་འཆོལ་ལོ།

ཕྱོགས་བརྩའི་འཛིག་རྟེན་ལེགས་རྒྱུང་ཁིང་།

རྟེན་པའི་དམ་ཆོས་སྒྲུང་བ་ཡི།

ལྟ་ལྟ་མཐུ་ལྟ་རྟེན་མས་ལ་འབྱུལ།

བསྟན་པ་རྒྱུང་བར་མཛོད་དུ་གསོལ།

དུག་པ་ནི།

སྒྲིང་གསུམ་འཛིག་རྟེན་བོད་ཁམས་ལ།
དབང་བསྐྱུར་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲིང་བའི་རིགས།
གཞི་བདག་གཞན་བདག་ཀླུ་ལ་འབྱུལ།
ཆོས་ལྷན་སྒྲིང་གོགས་མཛད་དུ་གསོལ།

བདུན་པ་ནི།

སྒྲིང་བསྐྱུང་འབྱུང་པོ་དེགས་པའི་རིགས།
ནད་བདག་གཏོན་བགོགས་མ་ལུས་ཀླུ།
གཏོར་མ་བདུད་ཅིས་ཆོམས་བྱས་ལ།
གཞན་ལ་གཞོད་དང་འཆོབ་སྒྲིང་།

བསྐྱུང་པ་ནི།

འཁོར་བ་ཐོག་མཐའ་མེད་པ་ཡི།
དྲིན་ཅན་རིགས་དུག་པ་མ་ཀླུ།
མཆོད་སྒྲིབ་ཅི་འདོད་ལོངས་སྒྲིང་གིས།
ཆོམས་ཁིང་བྱང་ཆུ་ལྷུར་ཐོབ་ཤོག།

དལ་པ་ནི།

མ་དག་མེར་སྐྱའི་ལས་སྒྲིབ་ཅན།
བགོས་སྒྲིམ་ཡི་དྲགས་འཕྲོ་བ་ཀླུ།

ཅི་འདོད་བཟའ་བཏུང་ཡོངས་སྒྱུད་ཅིང་།

སྒྲིབ་བྲལ་བ་དེ་ཆེན་ཐོབ་པར་ཤོག།

བརྩུ་བཅི།

ཆོ་རབས་ཀྱུན་གྱི་ལན་ཆགས་དང་།

བུ་ལོན་དཀོར་གྱི་སྒྲིབ་པ་མེགས།

ཅི་མཆིས་སྒྲིབ་པ་འདིས་འཁོར་ཏེ།

མ་ལུས་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཤོག།

དེ་ནས་ལྟག་གཏོར་བཤམས་ལ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་། གཟུངས་ཚར་བརྒྱད་དང་མཚན་བསྒྲགས་ལ།

སྒྲོ་བྱུང་ལྟགས་དང་ཉ་མ་རྒྱུད་གི།

མ་གྲོན་རིགས་ལྟགས་དབང་བ་ན་མས།

བཤམ་ཆུང་གཏོར་མ་འདིས་ཆོ་མས་ནས།

བྲ་མེད་གོ་འཕང་ཐོབ་སྒྱུར་ཅིག།

དེ་ནས་ཆུ་སྒྲིབ་གི། གཏོར་སྤོང་ལྟམ་གཅིག་ཏུ་ཆུ་གཙང་སྒྲིབ་ལ་དང་པོར།

འཕགས་པ་སྒྲིབ་རས་གཟིགས་དབང་གི།

ཕྱག་ནས་འབབས་པའི་འོ་རྒྱུན་གྱིས།

ཡི་དྲགས་ན་མས་ནི་ཆོ་མས་བྱས་ཤིང་།

བྲས་བྲས་ཏྲག་ཏུ་བསིལ་བར་ཤོག།

གཉིས་པ་ནི། ཨོྲཱ་ཁྱི་པ་རྩེ་རྩྱུ། གསུམ་པམ། ཨོྲཱ་ཁྱི་རྩྱུ། བཞི་པམ། ཨོྲཱ་
ལ་མི་དྲི་མཐོང་ཉུ་མུ་སྒྲ། ལམ་པ། རང་ཉིད་མི་ལ་བྱུག་པ་རྩུ་རྩུ། བཞོ་རྩྱ་རྩྱ
ཡཱ་ཡཱ། ཨོྲཱ་ཀ་ཀ་ཀི་ཀ་ཀི། རེ་ཅ་ཀི་རེ་ཅ་ཀི། རྩྱ་ཅ་ཀི་རྩྱ་ཅ་ཀི། རྩྱ་ཅ་ཀི་རྩྱ་ཅ་ཀི།
པ་རྩྱ་ཅ་ཀི་རྩྱ་ཅ་ཀི། མཐོང་ཀ་མཐོང་པ་རྩྱ་ཅ་ཀི། མཐོང་ཀ་མཐོང་པ་རྩྱ་ཅ་ཀི།

བདག་གི་བསམ་པའི་སྤྲོ་བ་དག་དང་།

ཞེས་སོགས་བདེ་ཆོག་བཟོད།

ཚོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་ལས་བྱུང་།

སོགས་ཀྱིས་ཚོས་སྤྲོ་བ་བྱུང་།

༥ དེ་ནས་བཟོད་གསེལ་དང་གཤེགས་གསེལ་བསྐྱོད་ཀྱིས་བཟོད་ཀི།

སྤྲོ་བ་དང་ཉིད་འཛིན་ཡོ་བྱུང་གི།

སྤྲོ་ཆད་ཀྱི་རྩུ་ལ་ཅི་མཆིས་རྣམས།

མཐོང་པ་ཤེགས་བཟོད་པར་བཞེས་ནས་ཀྱང་།

མཐོང་རྣམས་རང་རང་གཞན་སྤྲོ་གཤེགས།

བཟོ་ལུ་སྤྲོ་བ་རྩྱ་ཅ་ཀི།

དག་བའི་སྤྲོ་བ་ཆོད་ཆོད་རབས་གི།

དག་ཀྱང་གཅིག་ཏུ་བསྐྱོད་ནས་ཀི།

འགྲོ་གྲུབ་ནཱ་མ་མཁུན་རྒྱུར་བཟླ་བའི།

སྒྲོལ་ལམ་ཅི་བཏུབ་ལགུབ་གུར་ཅིག།

བླ་མ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་ལ།

ལཱཁའ་འགྲོ་ཚེས་སྤུང་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས།

བཀྲ་ཤིས་དགེ་ལེགས་ཆ་རྩེན་རྒྱས་༥

ཕྱོགས་དུས་ཀླན་རྒྱལ་བ་པར་ཤིང།

ཅེས་པའདིན། གང་ནག་ཤིན་ཏུ་སྒྲོམ་པ་ཆུང་བ་རྣམས་ལ་ཐག་སྤྱིད། ལྷོ་ཆོག་མ་དང་གྲོལ་གྱིས་
ལ་ཐའ་ད་གྲོལ་གནས་ཆེན་དཔལ་གྱི་མྱོད་ཆོང་ཐུག་ཏུ་བཀོད་པ་དགའོ། །



གསུམ་མཆོད་ཡེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཐུང་

ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།



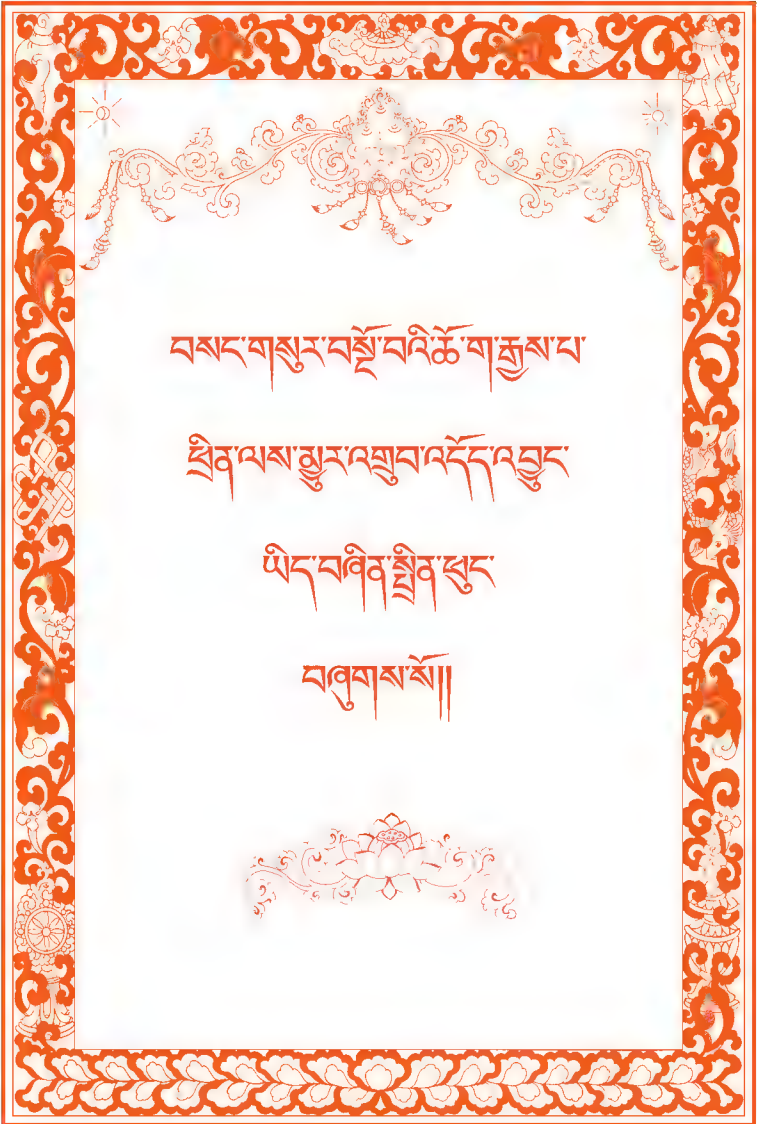
༥ ཨོཾ་ཨུཾ་ཧུཾ།

ཡུམ་ཆེན་ན་བཟའ་དག་རྩེ་ལོ་ལམ་ལ་དབྱིངས་ཀྱི་ནམ་པར་
 འབྱུལ་པའི་མེ་ཐབ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་པའི་ནང་དུ། ཡེ་ཤེས་
 ཀྱི་མེ་དབྱུང་དུ་སྒྲིབ་འཇའ་ཆོན་སྒྲུལ་རབ་རྒྱུ་འབྱིགས་པའི་གསེབ་ནས།
 མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་གཟུགས་དོན་མེ་མ་དང། སྒྲོན་མེ་མ་དང། རི་དོན་
 མ་དང། རོ་དོན་མ་དང། རེག་བྱ་དོན་མེ་ལ་སོགས་པ་རེ་རེ་ལས་ཀྱང་
 སྐུལ་པའི་ལྷ་མོ་འདོད་ཡོན་ཀྱི་མཆོད་པ་དཔག་རྒྱུ་མེད་པ་འཕྲོས་པས།
 ཕྱོགས་བཅུ་ལྔ་སྐུལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱི་ནང་གསང་བའི་མཆོད་པ་མཛད་
 དུ་བྱུང་བ་ནམ་མཁའ་རབ་འབྱུལས་ཀྱི་མཐར་ཐུབ་པ་ཇི་སྤྱིད་འཁོར་བ་མ་
 ཉོང་གི་བར་དུ་རྒྱུན་མི་འཆད་པར་འབྱུལ་བར་གྱུར།

ན་མཁས་ཏ་ཐུ་ག་ཏེ་བྱུ་བི་ཤུ་ཁེ་བྱུཾ། མཐ་ཐུ་ཁི་ཨུ་རྒྱ་ཏེ་སྒྲ་
 ར་ཏ་ཨི་མི་ག་ག་ན་ཁི་སྒྲུ་ཏུ། བཛྲ་ཨཱྀ། བུཾ། བཻུ། ཏུ་བ།
 ཨུ་ལེ་ག། །གཞེ། བེ་མི་ཏ། ཤུ་བུ་ཇ་མེ་སྒྲ་མ་ལུ་ཏ་སྒྲ་ར་ཏ་ས་
 མ་ཡེ་ཨུཾ་ཧུཾ།

འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་སྤྲོ་སྤྲོ་མཆོག་གས་པའི་མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་ཉིད།
 རྒྱུགས་བརྩ་དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་སྐུ་སྤྲོ་བ་ཅན་པ་རྣམས་དང་། དཔལ་ལྷན་
 ཙ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་སྤྲོ་མ་ཡི་དམ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་འབྲུམ་མ་ཁལ་འབྲོ་
 དཔལ་བོ་དཔལ་མོ། ཆོས་རྒྱུད་སྤྲོ་མ་དམ་ཅན་རྒྱུ་མཆོ། ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་
 དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་ལ་འབྲུལ་ལོ། །བདག་ཅག་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་
 ལ་རྒྱུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་སྤྲོ་མ་གྱི་དངོས་སྤྲོ་མ་ལུས་པ་སྤྲོ་མ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་
 རྒྱུ་བ་དང་། ཁྱིམ་དབང་བྲག་གི་སྤྲོ་མ་ཐམས་ཅད་ཐོགས་མེད་དུ་འབྲུབ་
 པར་མཛད་དུ་གསོལ་ལོ། །

དེ་ལྟར་སྤྲོ་མ་བས་མཆོད་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ད་གྲུས་ཤིང་ཆོས་ཀྱི་སྤྲོ་མ་
 རྒྱུ་མ་གྱི་འོད་ཟེར་མེ་དུང་འཛུལ་འོད་ཀྱི་གསེབ་ཏུ་འཕྲོས་པ་ལས། སྤྲོ་མ་
 འདོད་ཡོན་གྱི་ཡོངས་རྒྱུད་སྤྲོ་མ་ཆོག་གས་ཤིང་ཟད་པ་མེད་པ་བྱུང་སྟེ། ལམས་
 གསུམ་རིགས་དུག་རྒྱུ་བ་རྣམས་པ་བཞིས་བསྐྱུ་པའི་སྤྲོ་མ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་དམ་ཅན་པའི་རྒྱུ་མ་
 ཐམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཁོ་དགའི་ཡོ་བྱད་བཟའ་བཏུང་གསོ་རྒྱུ་གནས་རྒྱུ་
 ཡུལ་མཁར་ན་བའི་གསོ་རྒྱུ་བས་མཁོ་དགའི་དུང་གཉེན་ལ་སོགས་པ་གང་ལ་གང་
 འདོད་དུ་གྱུར་ཏེ། ཐམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མཛོད་མཐོན་པའི་ལེགས་ཀྱི་ལམ་བཟང་
 བསྐྱུ་པ་པའི་མཐུན་རྒྱུ་དམ་པར་གྱུར་ཅིག །དེ་ལྟར་སྤྲོ་མ་པའི་དགོ་བ་ལ་བརྟེན་ནས་



བསང་གསུང་བསྟོ་བའི་ཆོ་ག་རྒྱུ་ས་པ་

ཐིན་ལས་རྒྱུང་འབྱུང་འདོད་འབྱུང་

ཡིད་བཞིན་སྒྲིན་ཐུང་

བཞུགས་སོ།།



༥ བཞོ། སྐྱབས་གནས་བསྐྱེད་དཀོན་མཆོག་ཅམས།
 བདག་སོགས་གྲུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི།
 བདག་གིས་མཆོད་སྦྱོན་བསྐྱིས་པའི་དགེ།
 འགྲོལ་པའི་པ་མཆོག་འབྱུང་ཤོག།

༦ ཅེ་འོ། བདག་གི་ཡུང་ཁམས་སྦྱེ་མཆོད་འདིས།
 འཕགས་མཆོག་སྦྱོན་རས་གཟིགས་སུ་གསལ།
 ཐུགས་ཀའི་རྩིས་ལས་རྩིས་འཕྲོས་པས།
 ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་དང་མཉམ་པ་ཡི།

མེ་ཐབ་ཡེ་ཤེས་མེ་དཔྱད་འབར།
 དུད་སྦྱོན་འཇམ་འཇོད་འབྲིགས་པ་ཡིས།
 བཞུ་མཁའ་བར་སྒྲུང་ས་གཞི་ཁེངས།
 དུད་པའི་གསེབ་ནས་སྦྱུལ་པ་ཡི།

མཆོད་པའི་ལྷ་མོ་དཔག་མེད་འཕྲོས།
 གཟུགས་སྒྲིབ་རྩིས་ཀྱི་ཕྱོགས།
 སྦྱོན་གསང་བའི་མཆོད་པའི་ཆོགས།

བསངགམུར་བསྐྱོད་པའི་ཚོགས་ཀྱིས་པ་སྒྲིབ་ལས་མུར་འབྲུབ་འདོད་འབྱུང་ཡིད་བཞིན་སྒྲིབ་སྤྱད།

སྒྲིབ་ལྟར་གཏིབས་པས་མཚོག་དམན་མགོན།
ཐམས་ཅད་དགྲེས་པ་སྐྱོད་བྱེད་སྤྱད།

ཨོྲཱ་ཨུཾ་ཧྲཱི།

བྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་དང་།
སངས་རྒྱལ་བྱུང་སེམས་ཉན་རང་ཚོགས།
དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་ཚོས་སྐྱོད་དང་།
ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་ལྟ་སྒྲིབ་ཀྱེ།

མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་མ་ལུས་བཅས།
ཐམས་ཅད་མཚོད་སྒྲིབ་མགོན་དུ་གཤེགས།
རང་རང་དགྲེས་པའི་གདན་ལ་བཞུགས།
ཕྱག་འཚལ་མཚོད་འབུལ་ཉེས་བྱས་བཤགས།

དགེ་ལ་ཡི་རང་ཚོས་འཁོར་བསྐྱལ།
མྱ་དན་མི་གདའ་གསོལ་འདེབས་ཤིང་།
དགེ་འབྲས་བྱུང་ཚུབ་རྒྱར་བསྐྱོའོ།

ན་མམ་ སམ་ཏ་ཐུ་ག་ཏེ་ཐུ་བི་ཤུ་ཁི་བུཾ་སམ་ཏ་ད་ཁི་ཨུ་རྒྱ་ཏེ་སྤྲ་ར་ཏ་

ཨོྲཱ་ཨུཾ་ཧྲཱི་ཧྲཱི།

ནམ་མཁའ་མཚོད་ཀྱི་ཏིང་འཛིན་འབྲུལ།
འདོད་ཡོན་ལོངས་སྐྱོད་མཚོད་པའི་སྒྲིབ།

གང་ལ་གང་ལ་དོད་ཚིམ་བྱེད་པའི།
 བསང་དང་གསུང་གི་མཚོད་པ་འདྲི།
 དགོངས་བད་སྟོན་བརྒྱད་བཀའ་གཏེར་དང་།
 བཤད་སྒྲུབ་གསང་སྔགས་གསུང་རྟིང་གི།
 ཙ་བ་བརྒྱད་པའི་བྲམ་མ་དང་།
 ཕྱོགས་བརྒྱ་རབ་འབྱམས་ཞིང་ཁམས་ཀྱི།
 སངས་རྒྱལ་སྐུ་དང་སྐུ་ལ་པའི་འཁོར།
 བྱང་མེམས་ཉལ་ཕྱོགས་རང་རྒྱལ་སོགས།
 རྒྱབས་གནས་དཀོན་མཆོག་རྣམས་ལ་འབུལ།
 ད་ཀྱིས་པ་ཆེན་པོས་བཞེས་ནས་ཀྱང་།
 བདག་སོགས་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་བ་ཀྱུན།
 བཅུ་ཆེན་ཐུགས་རྗེས་རྒྱུ་བས་པ་དང་།
 ཕྱི་ཀྱིས་བསྐྱབ་པར་མཛད་དུ་གསེལ།
 རྒྱ་ཐེག་པ་ཕྱི་ནང་མཛད་རྒྱུ་ལུང་།
 གསང་སྔགས་སྤྱོད་སྒོལ་ཚེས་ཀྱུན་གྱི།
 དཀྱིལ་འཁོར་བསམ་ཡས་གྲངས་མེད་པའི།
 ལྷ་ཚོགས་ཡི་དམ་ཞི་དང་བྲོ།

ཡབ་ཡུམ་འཁོར་དང་ཡང་འཁོར་བ་ཅས།

སྐྱུ་ལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ལྟོ་ཆོག་པ་ལ།

བསང་དང་གསུང་མཆོད་འདི་འབྱུལ་གྱི།

ཟག་མེད་མཆོད་པས་མཉེས་སྐྱུར་ནས།

བདག་སོགས་མོས་པའི་བྱ་ནུམས་ཀྱི།

ལས་ཉོན་སྤྱོད་ཆོག་པ་ཀུན་བྱང་ཞིང་།

ཉམས་ཆག་འགལ་འབྲུལ་སོར་རྒྱུད་དོ།

མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་སྐྱུ་བ་ནུམས།

སྐྱུར་དུ་སྤྱོད་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་སྤྱོད་པའི་ཞིང་།

གནས་ཡུལ་དུ་བཟུང་ཀུན་སྐྱུར་ཞིང་།

སྤྱོད་ལས་སྐྱུ་ལ་བའི་མཁའ་འགྲོ་མ།

ཡེ་ཤེས་ལས་ལས་སྐྱུ་ལ་བའི་ཆོག་པ།

དཔའ་བོ་དཔའ་མོའི་རིགས་ནུམས་དང་།

བསྐྱུ་བ་པ་སྐྱུ་བའི་མཐུ་སྐྱུ་བས་ཅན།

ཆོས་སྤྱོད་པོ་རྒྱུད་མོ་རྒྱུད་རིགས།

བཀའ་དང་དམ་ལ་གནས་པ་ཡི།

སྤྱོད་པ་དམ་ཅན་སྐྱུ་མཆོར་བ་ཅས།

བསང་དང་གསུང་མཆོད་ལོ་བཞི་སྟེ།
 ཆོས་བྱེད་སྤྱོད་ཁྱིེད་ལ་ཉམས་སྦྱོར།
 སྤྱི་ལས་ཐོག་སྤྱོད་བསྐྱེད་མཆོད་གསོལ།

༥ ལྷོང་གསུམ་ལ་འཛིག་རྟེན་མངའ་དབང་བསྐྱུང་།
ཚངས་པ་བསྐྱུང་བྱིན་ཕྱོགས་སྐྱོང་བཅུ་།
སྐྱུལ་ཆེན་བཞི་སོགས་གཙང་རིས་ཀྱི་།
དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ་ཅུང་དང་།

དེ་དག་ལ་ཁོར་དུ་བཀྲིས་པ་ཡི།
 སྤྱི་ནང་གསང་བའི་ལྷ་མ་ཐེན།
 ཉེ་དགོ་ཉི་ཟླ་གཟུགས་ཅན།
 དེ་གི་སྒྲིལ་བཏུག་ལྟོ་འབྲེལ་བར།

སྒྲུབ་ཁིང་སྤོང་པའི་ལྷ་གྲུ་གྲུ།
བསམ་དང་གསུམ་མཆོད་འདི་བཞེས་ལ།
འཛིན་རྟེན་ཁམས་གྲུབ་བདེ་བ་དང་།
ཆར་ཚུ་དུས་འབབ་ལོ་ཐུག་ལེགས།
ཅད་ཐུག་ལེགས་ཕྱིད་ཀི་བར་མཛོད་།

༥ དཀར་ཕྱོགས་སྐྱོད་བའི་གཞི་བདག་འིགས།
ཡུལ་བདག་གཞན་བདག་གཏེར་བདག་དང་།

གུ་ལྟ་ལ་གདབ་པ་ཐུག་ཡུལ་དཔོན་གྱི།
 དཀོན་སྐྱེད་ཐོན་བདག་གཉན་དགའི་ཚོགས།
 གཡའ་གངས་ནགས་རི་སྐྱེད་མེད་ཚལ།
 མཚོ་རྩིང་ལྷ་མིག་ཤིང་དང་བབ།
 སེ་སེའི་རྟེན་གནས་རི་སྐྱེད་བ།
 ཆགས་ཤིང་གནས་པའི་གཞི་བདག་དང་།
 འཕོ་བའི་ལྷ་དང་སྐྱོབ་པའི་མཐོན།
 ཀླུ་ལ་བསང་དང་གསུང་མཚོད་འབྲུལ།
 བདག་མོགས་གཞི་བྱས་གར་གནས་ཀྱང་།
 ཉེས་ལས་སྐྱོབས་དང་ལེགས་ཚོགས་སྤེལ།
 ཅི་བསམ་འབྲུབ་པའི་སྤྱོད་སྒོམས་མཛོད།
 གང་དག་ནག་པོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་རིགས།
 ས་སྤྱོད་སའོག་ས་བྲུ།
 སྐྱུ་ཁིང་གཞན་ལ་གཞོད་བྱེད་པའི།
 བཞིགས་རིགས་སྤྱོད་ཐུག་བསྐྱེད་ཅུ་དང་།
 གདོན་རིགས་སྐྱུ་ལ་བསྐྱེད་ཅུ་མོགས།
 བད་ཡམས་རིགས་ཀྱི་བདག་པོ་དང་།
 སྒོམ་གཙོད་དཔྱད་པའི་མཛོད་པའི།

གཞོད་བྱེད་མ་རུངས་གདུག་ཅུབ་ཅན།
 གུན་ཀྱང་བསང་དང་གསུར་མཆོད་འདིས།
 དགའ་ཁིང་མཁུ་དང་ཆོམ་གྱིས་ལ།
 སྒྲིལ་མོ་གུན་དང་བྱེད་པར་དུ།
 བདག་ཅག་མི་ཁོར་འཁོར་བཅས་ལ།
 གཞོད་འཆོའི་བསམ་སྒྲུབ་ཞི་བར་མཛོད།
 ༄ གཞོན་ཡང་འམས་གསུམ་འཛིག་རྟེན་གྱི།
 འཁོ་བ་རིགས་དུག་ལམ་རྒྱུད་ལ།
 སྒྲི་གནས་ནམ་པ་བཞིས་བསྒྲུས་པའི།
 མཐམས་ཅན་མ་ལུས་མཐའ་དག་དང་།
 བྱེད་པར་བར་དོའི་མཐམས་ཅན་རིགས།
 སྒྲི་གསུར་འཆོའི་ཁིང་གུན་ཏུ་འབྱུངས།
 འཛིགས་སྒྲག་འབྱུལ་སྒྲིབ་སྒྲུབ་བསྒྲུལ་གྱིས།
 ཏུག་ཏུ་གདུང་ཁིང་ཉམ་ཐག་པའི།
 སྒྲུབས་མེད་སྒྲིབ་རྟེན་ལུལ་སྒྲུབ་པ།
 གུན་ལ་གསུར་མཆོད་འདི་བསྒྲུས་བསམ།
 ཅི་འདོད་འོངས་སྒྲིབ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་།
 རིགས་དུག་མོ་མའི་སྒྲུབ་བསྒྲུལ་དང་།

བར་དོའི་འཇིགས་སྐྱབ་ཀྱུན་གྱི་ནས།

འགྲོ་ཀྱུན་ཐར་ལམ་ལ་ཁོད་གྱུར་ཅིག།

༥ དེ་ལྟར་བདག་གི་ལྟག་བསམ་གྱིས།

བསང་གསུང་འདོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོག་པ་པའི།

མཆོད་པ་དམ་པ་འདི་སྤུལ་བས།

མཆོག་དམན་མཁོན་རིགས་ཀྱུན་མཉམ་ཤིང་།

ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་ཐུགས་དམ་སྒྲོང་།

མཆོག་ཐུན་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསེལ།

འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དགྱེས་ཤིང་ཆོམས།

འགལ་རྟེན་བར་ཆད་བསམ་ལ་དུ་གསེལ།

འགོ་བའི་ལྟ་རྣམས་མཉམ་ནས་ཀྱང་།

སྤྱོད་ལས་རྣམ་བཞི་འབྱུང་པར་མཛོད་།

གཞོན་པའི་བགལ་རྣམས་ཆོམས་རྣམ་ཀྱང་།

ལན་ཆགས་སུ་ཡོན་ལ་ཁོད་གྱུར་ཅིག།

འགྲོ་ལ་འདོད་དགའི་ཆར་བབས་ཏེ།

ཐམས་ཅད་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་པར་ཤོག།

ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་མཐུ་སྟོབས་དང་།

སྤྱགས་དང་ཏིང་འཛིན་བྱིན་རླབས་དང་།

སྟག་བསམ་ནམ་དག་བདེན་པ་ཡིས།

ཇི་ལྟར་བསྟོང་བཞིན་འབྱུང་གུར་ཅིག།

འདི་ལྟར་བསྐྱིས་པའི་དགོ་བའི་མཐུས།

བསྟན་པ་དར་ཞིང་སེམས་ཅན་བདེ།

བདག་སོགས་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་ཀྱང་།

བདེ་ལེགས་སྟོན་ཆོག་མཁུང་བ་དང་།

རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་ཤོག།

སྟགས་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ།

བཀྲ་ཤིས་ཆར་ཆེན་རྒྱུན་མི་ཆད།

རྒྱ་ཆེར་བབས་པའི་བྱིན་རྒྱབས་ནི།

ནམ་མཁའ་མཉམ་པ་འབྱུང་བར་ཤོག།

མགོན་ཆུང་ཐམས་ཅད་སོ་སོ་རང་རང་གི་གནས་སྐབས་ཤོགས་པར་གུར།

གསུང་མཆོད་ཀྱི་རིམ་པ་རྒྱས་པར་བཀོད་པ་འདི་ནི། གྲོ་ཡུལ་བྱང་སྟལ་ཞིས་བྱ་

བའི་ས་སྟོགས་ཀྱི་དཔོན་པོ་བསྐྱེད་མིང་ཅན་གང་གིས་བསྐྱེད་དོར་གྱིས་པ་

དགོལ། །བཀྲ་ཤིས།

གསང་སྒྲགས་ནང་གཏོར་གྱི་དག་འདོན་

བདུད་རྩི་རྒྱབས་ཐེང་ཞེས་བྱ་བ་

བཞུགས་སོ།



༐ ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ་

ལ་ཁའ་དང་མཉམ་པའི་གཏོར་སྤྲོད་སྐྱེ་བར།

གཏོར་མའི་དོ་བོ་བདུད་ཅི་འི་སྐྱེ་མཆོ་ཆ།

སྤྱི་བདེ་ཉེ་མཆོད་ལྔ་དང་སྒྲིག་སྒྲིག་སྐྱེ་བར།

སྐྱེ་ལ་སྤྲོད་འཁོར་བ་བདུད་དང་བཟླ་ཤིས་རྒྱུ།

ཤལ་བདུད་ཅི་ལྔ་དང་འདོད་ཡོན་ལྔ།

སྐྱེ་བར་གཏོར་ཆོག་སྤྱི་བདེ་གསང་མཆོད་སྐྱེ་བར།

འདོར་བ་སྐྱེ་བའི་སྤྲོད་པའི་མཆོད་པའི་འཁོར་བ།

དཔེ་འདྲེ་བཟླ་བ་ཤལ་དང་ཡིད་སྐྱེ་བ་དཔེ་མཆོད་པ།

སྐྱེ་སྐྱེ་གང་ལ་ཅི་འདོད་ཆོམ་བྱེད་པའི།

ཟེག་མཆོད་བདུད་ཅི་སྐྱེ་མཆོ་ཆོམ་པོར་སྐྱེ་བར།

༐ ཨོྭ་ཨྭ་ཨྭ་ཨྭ་

མཆོད་འོས་སྐྱེ་བས་ཀྱི་དམ་པ་དཀོན་མཆོག་གསུམ།

སྐྱེ་བ་དགོངས་བསྐྱེད་འཁོར་བའི་བདུད་པོར་སྐྱེ་བར།

གང་ཟེག་སྐྱུག་བརྒྱུད་བཀའ་གཏོར་བཤད་སྐྱུག་བརྒྱུད།
དབལ་ལྷན་ཅུ་བརྒྱུད་སྤྲུལ་མི་ཚོགས་ནམས་ལ།

སྐྱུག་ར་ཀ་གཏོར་ཚོགས་མཆོད་པ་འདི་འབྱུལ་གྱི།
བཞེས་ནས་བདག་ཅག་སྐལ་ལྷན་སྐྱུབ་མཆོག་ལ།
སྐྱུ་གསུང་བྱུགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་ནས་ཀྱང་།
ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་སྐྱིན་ཅིང་གྲོལ་བར་མཛོད།

དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་མཛད་ཡི་དམ་ཁི་ཁྱེད་ཚོགས།
པརྒྱུད་མ་རྒྱུད་གཉིས་མེད་ཟུང་འཇུག་རྒྱུད།
བྱ་སྦྱོང་ནལ་འབྱོར་སྤྲུལ་མེད་རྒྱུད་སྤེལ་ཉ།
སྤྱི་དང་བྱེད་བཀ་དྱིལ་འཁོར་ལྟ་ཚོགས་ལ།

སྐྱུག་ར་ཀ་གཏོར་ཚོགས་མཆོད་པ་འདི་འབྱུལ་གྱི།
བཞེས་ནས་བདག་མོགས་མོས་པའི་བྱ་ནམས་ལ།
མཆོག་དང་ཐུན་མོང་དངོས་གྲུབ་སྦྱོལ་བ་དང་།
ནམ་བཞིའི་སྤྱིན་ལས་རྩེད་མེད་འབྱུབ་པར་མཛོད།

བར་ཆད་མེད་མཛོད་མ་སྤྲིང་མ་ཁལ་འགྲོའི་ཚོགས།
དོན་རིན་ཆེན་བདུ་ལས་ཀྱི་རིགས།
སྤྱི་ནང་གནས་ཡུལ་དུ་འབྱོར་ལ་གནས་པའི།
ལས་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཀྱི་ཚོགས་ནམས་ལ།

སྒྲུབ་རྒྱལ་གཏོར་ཚོགས་མཆོད་པ་འདི་འབྱུང་གི།
བཞེས་ནས་ནུལ་འབྱོར་སྐྱབ་མཆོག་བདག་ཅག་གི།
མི་མཐུན་ཉེར་འཆོ་བར་ཆད་ཀྱུན་ཞི་ཞིང་།
མཐུན་ཞེན་འདོད་དགུ་འབྱུང་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

བསྟན་པ་སྤང་མཛད་ཆོས་སྦྱང་དམ་ཅན་ཆོག་ས།
རྒྱལ་བའི་སྒྲུབ་སྤྲུལ་ཁས་སྤངས་དམ་བཅས་ཤིང་།
དག་ཤུལ་སྦྱོབས་ཀྱིས་གདུག་པའི་དག་བགོགས་སྦྱོལ།
སྤང་མ་དམ་ཅན་རྒྱལ་མཆོད་ཆོག་ས་ནུལ་ལ།

སྒྲུབ་རྒྱལ་གཏོར་ཚོགས་མཆོད་པ་འདི་འབྱུང་གི།
བཞེས་ནས་ནུལ་འབྱོར་བདག་ཅག་འཁོར་བཅས་ཀྱིས།
བཅོལ་བའི་ལས་ནུལ་སྤྲུལ་ཐོག་སྤྲུལ་བ་དང་།
བསྟན་ལ་སྤང་བའི་དག་བགོགས་བསྐྱུལ་དུ་གསོལ།

གཞན་ཡང་རྒྱལ་དབང་བདུ་ཐོད་ཐོང་གིས།
དམ་ལ་བཏགས་ཤིང་བཀའ་བསྒྲོ་གཉེར་གཏད་པའི།
བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས་དག་བསྟན་ཉེར་གཅིག་སོགས།
གནས་སྤང་གཏོར་སྤང་ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་ལ།

སྒྲུབ་རྒྱལ་གཏོར་ཚོགས་མཆོད་པ་འདི་འབྱུང་གི།
བཞེས་ནས་བདག་ཅག་གཞི་བྱེས་གར་གནས་ཀྱང་།

རུང་ཕྱག་དོག་གཏུག་ཅུབ་ཀྱུ་ཞི་ནས།
ཆོས་མཐུན་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་སྒོམ་མཛད་དུ་གསོལ།

སྤྱིད་པའི་ཕྱི་ནས་དཔྱལ་ཁམས་ཡན་ཆད་ཀྱི།
སྒྲུབ་ཞིང་སྤྱིད་པའི་སྒྱུ་འགྲོ་པའི་ཆོག་ས།
རིགས་དུག་པ་མ་བཟོག་ས་རིགས་ལན་ཆགས་སོགས།
སྤྱིད་མེད་ཡུལ་གྱུར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

འདོད་ཡོན་ཡོངས་སྤྱོད་མཛོད་སྤྱིན་ཆུ་ཆེན་འདིས།
རི་ལྟར་འདོད་པའི་རེ་བ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།
རང་རང་ལས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྒྲལ་ཀྱུ་ཞི་ནས།
སྤྱོད་བྱང་ཆུབ་ལྟར་དུ་ཐོབ་གྱུར་ཅིག།

དེ་ལྟར་མཛོད་སྤྱིན་ཆུ་ཆེན་འདི་བགྱིས་མཐུས།
འཛིན་རྟེན་ཁམས་ཀྱུ་བདེ་སྤྱོད་སྤྱིན་ཆོག་ས་ཤིང་།
མཛོན་འབྲུག་ནང་ཡམས་ལུ་གུ་ཞི་ནས།
འགྲོ་ཀྱུ་འདོད་དགུ་ཀྱུ་འབྱུང་ཆོས་ལྟར་ཤོག།

བྱེ་བྲག་ཏུ་ཡང་རྒྱལ་བསྟན་རིན་པོ་ཆེ།
མི་བྱུང་སྤྱོགས་མཐར་ཁྲུབ་ཅིང་རྒྱས་པ་དང་།
སྤྱི་འཛིན་སྤྱི་འབྲུག་སྤྱི་ཆོ་སྤྱི་ལས་འཕེལ།
བསྟན་འགྲོའི་དོན་བཟང་རྒྱུ་ཆེན་འབྱུང་བར་ཤོག།

ཁྱད་པར་བདག་སོགས་དཔོན་སྒྲོབ་ལ་ཁོར་བཅས་ཀྱི།

མི་མཐུན་བར་ཆད་དག་ལ་དེ་ཀྱན་ཞི་ཞིང་།

མཐུན་ཀྱེན་ཚོས་ལྟ་ཡིད་བཞིན་ལས་བཀུར་ཀྱང་།

མཐར་ཐུག་ཏེ་རྟུག་དཔལ་སར་ཕྱིན་ཤོག།

གཞན་ཡང་བསྒྲོན་འདོད་གསལ་ཅི་རིགས་བྱས་ཀྱང་རུང་དོ།

༥ ཚོགས་རྫོགས་སྒྲིབ་གཉིས་མ་ལུས་བྱང་བ་དང་།

གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་བར་ཆད་ནི་བའི་ཕྱིར།

གསང་སྒྲགས་ནང་གཏོར་ཉུང་དུར་བསྐྱུས་པ་ཞིག།

དགོས་ཞེས་དད་ལྟན་ལག་ལ་ཡིས་བསྐྱུལ་བའི་དོར།

མ་ལས་མཚོག་བདུ་ལེགས་སྒྲུབ་ཕུལ་གྱིས་སྒྱུར།

དག་བས་མ་ལས་མཉམ་ལ་འགྲོ་བའི་ཚོགས་ན་མས་ཀྱན།

རིམ་གཉིས་ཟབ་མའི་དོན་ལ་གནས་བྱང་ཞིང་།

ཚོགས་གཉིས་རབ་རྫོགས་སྒྲིབ་གཉིས་བྱང་ནས་ནི།

དོན་གཉིས་ལྷུང་ལས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་གཉིས་མ་དོན་སྒྱུར་ཤོག།

སའ་མཛད་ལམ། །

འཕགས་པ་ལྷན་པ་བསྐྱེད་ལྷན་པ་གྲོ་

གཏོར་བཞུགས་

བཞུགས་སོ།



། ཨོྲཱ་ཧྲཱི།

དམ་ཇམ་བདུད་རྩི་འཁྱེད་མ་དམ་པ་འདི།
 སྒྲུག་ས་དང་ཕྱག་སྒྲུ་ཏིང་འཛིན་ལྷ་སྒྲུབ་སྒྲིམ།
 ཇི་ལྟར་འདོད་དགུ་འབྱུང་བའི་ཡོངས་སྒྲུབ་མཆོག།
 སྒྲུ་ཆེ་སྒྲུ་བ་མི་ཆད་དུ་བྱིན་བསྐྱབས་ཏི།

སྒྲུལ་བ་རབ་འབྱམས་ཅུ་བརྒྱད་སྒྲུ་མ་དང་།
 ཡི་དམ་ཞི་བྱེ་མ་ཁལ་འགྲོ་དཔལ་པོ་གིང་།
 ཆོས་སྒྲིབ་དམ་ཅན་སྒྲུ་མ་ཆོའི་ཆོག་སལ་འབུལ།
 ད་གྲེས་པར་བཞེས་ཤིང་ཐུགས་དམ་སྒྲིབ་གྲུར་ཅིག།

བྱུང་པར་སྒྲུལ་བ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་སྒྲིམ་ལྟ་དང་།
 བརྒྱད་པའི་སྒྲུ་མ་དང་སྒྲིབ་སྒྲིམ་འཛིན་ཆོག་སལ།
 ཡི་དམ་ཏྲ་མ་གྲིན་ཡུམ་ཆེན་པག་མོར་བཅས།
 ཡི་ཤེས་མ་ཁལ་འགྲོ་སྒྲུ་བཞི་འཁོར་ཆོག་སལ་འབུལ།

བཀའ་སྒྲུབ་ཆེན་པོ་དེ་ཇི་བདུད་འབུལ་དང་།
 ཨོ་ཀ་ལྷ་ཏི་གཟལ་མཆོག་རྒྱ་ལ།
 མ་ཁལ་འགྲོ་ལྷ་སྒྲུབ་གཞོན་སྒྲིབ་ཤོན་པ་དམར།
 དམ་ཅན་ཆེན་པོ་སྒྲིབ་པོ་དགུ་དུར་དང་།

བདུད་མོ་ཤུག་ཏིང་སྒོམ་བདག་ཉི་ལེན་ལོ་ནས།
 སྒྲུང་མ་དམ་ཅན་སྡེ་དགུ་སྒྲུལ་ལའོར་བཅས།
 སྒྲུབ་སྒྲིང་ལྷ་མོ་དཀར་ཕྱོགས་གཞི་བདག་རིགས།
 གཙང་རིས་དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུ་འི་བཀའ་ལའོར་གྱི།

ཆོས་ཀྱི་གཏོར་རྩམ་སྒྲུབ་གྱི་སྤྱོད་ལས་བདག།
 གནས་ལྷུལ་གཞི་བདག་མ་ལུས་ཐམས་ཅད་ལ།
 ཟག་མེད་བདུད་ཅི་འི་གཏོར་མ་རྒྱ་ཆེན་པོ།
 བཀའ་མཁའ་རབ་འབྱུངས་ཁྲུབ་པར་འབྱུལ་ལགས་གྱི།

སོ་སོའི་ཐུགས་དམ་གཉན་པོ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང་།
 སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་པ་ཕྱོགས་མཐར་དར་གིང་རྒྱས།
 བསྐྱེད་འཛིན་ཆོས་མཐུན་སྒྲིལ་སྤྱོད་ལས་འཕེལ།
 ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་པའི་འབྲས་བུ་མཐར་ཕྱིན་མཛོད།

རྒྱལ་ཁམས་འཛིན་རྟེན་ཁམས་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུ།
 བདེ་ལུག་མཆོན་འབྱུགས་སངས་མེད་ཕྱོགས་བདེ་དང་།
 འབྱུང་བའི་གཡོ་འབྱུག་ལྟ་བུ་ཀུན་གྱི་གིང་།
 འཕྲོ་ཀུན་བདེ་འབྱུང་དམ་ཆོས་རྒྱུད་པར་མཛོད།

ཁྲུང་པར་བདག་ཅན་དཔོན་སྒྲོལ་སྤྱིན་བདག་བཅས།
 འགལ་སྤྱོད་ཉིར་འཆོ་ཀུན་གྱི་མཐུན་སྤྱོད་འཕེལ།

མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་གཉན་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་གསལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་རིམ།

༥ མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་གཉན་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་

གསལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་རིམ་

བཀའ་སློང་།

ཁམས་གསུམ་ཟིལ་གཤོན་པདྨ་འབྱུང་།

ཞབས་པད་སྒྱི་བོས་བརྟུང་བྱས་ནས།

གནས་བདག་དག་བསྟོན་འཁོར་བཅས་གྱི།

མཆོད་གཏོར་ལས་རིམ་མདོར་བསྡུས་ཤི།

འདིར་དག་བསྟོན་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་གསལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་རིམ་རིམ་རྒྱུ་བཞི། གཙང་
མའི་གནས་སུ་ཡོད་པའི་མཆིམས་པར་བྱས་པ། བྱེད་གཙང་མཁའ་དག་བསྟོན་ཆེན་པོའི་གཏོར་མ་བཤོས་ལུ་
ཟུམ་པོ་ཆེ་བཞིག་གི་མཐའ་སྒོར་དུ་བཤོས་ཐོབ་བརྒྱུ་དུས་བསྐྱེད་བའི་མཐའ། ཉིང་ལོ་མར་མེད་གསུང་མཐེབ་
ཀྱས་མཆོད་པ་དཀར་རྒྱུ་གྱིས་མཛེས་པར་བྱ། དེའི་གཡོན་དུ་ཡུམ་མཆོག་གོང་བཙུན་དེ་མའི་གཏོར་མ་སྦྲན་
བཤོས་ཆེ་བ་གཅིག་ལ་དེ་དང་མཆུང་ས་པའི་བཤོས་ཆུང་བཙུ་གཅིག་གཙོ་བོ་དང་བཙུ་གཅིག་གི་བསྟོན་མ་བཙུ་
གཅིས་ཟེ། ཤམར་སྟོང་དང་ཟས་སྒྲོལ་མཆོང་མུད་གྱིས་བྱེད་མཐེབ་ཀྱི་ཡང་བཙུ་གཅིས་གྱིས་བསྐྱེད།
གཡམས་ཕྱོགས་སུ་ལས་མ་བཅད་ཞར་བསྟོན་ཡོང་གི་བཙུང་བཤོས་ཟུར་གསུམ་པ་ལ་མཐེབ་ཀྱི་བཞི་དང་ཆད་ལུ་
བཞིས་བསྐྱེད་ཁིང་ཤམ་གྱིས་བརྒྱན་པ་བཤམས། གཞན་ཡང་། གཙོ་འཁོར་དེ་དག་དང་ཆོས་སྐྱོང་སྲུང་
མ་ཡུལ་ལྷ་གཉི་བདག་སྒྱི་དང་བྱེད་ཤམ་ཐམས་ཅད་གྱི་ཕུགས་དམ་སྐྱོང་བའི་དམ་ཇས་སྦྲན་ར་། གཏོར་ཆོག་ས་ཕྱི་
ནང་གི་མཆོད་པ་ལྟ་དང་། བྱེད་མཆོང་མུད་ལྷ་སྦྱ་ཟས་སྒྲོལ་མཆོང་ལྟུང་བའི་ཡོངས་སྐྱོང་དང་རྟག་པ་ལ།

ར་ལུག་བྱ་བྱི་དཀར་པོ་འབའ་ཞིག་པའི་རྟེན་འཛུགས། མ་རུང་དར་དཀར་པོ་མདའ་དར་ལྔ་ལྔ་ལ་སོགས་ཀྱི་
 རྒྱུ་ལ་གྲིགས་དང་། བསང་གསུར་སྒྲོམ་སྒྲུའི་དུད་པ། ར་རུང་པོ་མོ་ལ་སོགས་གཟི་བརྒྱན་བཀའ་འོ་བྱིབ་
 རྒྱལ་པའི་བཤམ་བཀོད་རྩལ་ལྔ་བྱས་ལ། ཐོག་མར་བདག་བསྐྱེད་ནི།

བསང་དང་བསྐྱེད་གསེལ་སོགས་ཆོ་ག་རྒྱ་ས་པ་གཞན་དང་འབྲེལ་བ་བདག་བསྐྱེད་ཀྱང་དེ་ནས་
འབྱུང་མོད་ནའང་། དེ་ལྟ་བུ་དང་མི་འབྲེལ་བར་འདྲི་སྒྲེར་གསེལ་ལྟ་བུ་བྱེད་པ་འོ་ན། བདག་ཉིད་ལྟ་ལི་
ད་རྒྱལ་དང་མི་ལྟ་བུ་ན་ལྟ་སྒྲིབ་དཔལ་ལ་མི་འདུ་བས། རང་ཉིད་སྐྱད་ཅིག་དཔེ་རྒྱས་སུ་དཔལ་ཆེ་བ་རྟམ་གྱི་བ་
དཔལ་པོ་དེ་ལྟ་གཏོ་སྒྲིག་ལ་འཛུབ་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་ལ་གཟི་བུ་དཔལ་པ་འོ་ཆ་བྱེད་ཡོངས་སུ་རྒྱ་རྒྱས་པ་རི་རབ་
ཅམ་གྱི་རྒྱ་རྒྱུ་ལམ་གྱིས་མོས་པས་བསྐྱེད་ལ།

ཨོཾ་དབྱིངས་སྒྱུ་མེད་སྒྲོལ་དང་བྲལ་བ་ལམ།

འགག་མེད་གསལ་མཛད་སྤྱི་དབང་ཆེན་མཁུ་རུ་ཤར།

མེད་དུ་དྲོད་ན་གར་དགུའི་ཉམས་ཀྱིས་རེལ།།

མྱེད་ལ་སྐྱེས་པའི་ལོ་ལྟར་ལོ་ལྟར་།

ཨོྭ་བཟླ་ཤིང་དཔག་ལྷན་སྐྱེ་སྐྱེ་སྐྱེ་ཡར་

བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕུགས་ཀ་ནས་ཡི་གེ་རྩི་ཡི་ལོ་གསུམ་འབྲོམ་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་རླུང་
གསུམ་གྱིས་མཆོད་གཏོར་གྱི་འབགས་བཅོག་ཐམས་ཅད་རྒྱངས། ཨྱོ་ཨྱོ་ཧྱྱོ། གསུམ་འབྲོམ་པའི་འོད་
ཟེར་གྱིས་འདོད་ཡོན་ལཱ་འོད་སྤྱོད་རྒྱུད་ལ་ཤོག་རིགས་མོ་མོ་འི་ཕུགས་དང་མཐུན་པའི་དམ་ཆས་ཟག་མེད་བདེ་བ་
བསྐྱེད་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་ལ་རྒྱ་ཁྱོད་མི་ཆད་པའི་དངོས་པོར་བྱེད་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་མོས་པ་བྱའོ།

མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་གཉིད་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་གསལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་རིམ།

དེ་ནས་ཡང་བདག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་དམར་པོ་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་བསྐྱེས་པས་དག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་འཁོར་དང་བཅས་པ་སྤྱད་དུངས་པར་མོས་ལ།

གྱི། རང་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་གནས་མཆོག་དམ་པ་ནས།
ལྷ་མཆོག་དག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ།
བརྩམ་ལོ་བོད་ཁམས་སྐྱོང་མཛད་བསྟན་མའི་ཆོག་ས།
བཀའ་སློབ་ཁར་བསྟན་པའི་བདུད་ཀྱི་རྩེ།

སྒྲུབ་པའི་དག་བསྐྱེད་ཉིར་ལྷ་བཀའ་ལ་ཁོར་གྱི།
ལྷ་སྐྱོན་སྤེལ་བྱུང་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ཆོག་ས།
བཀའ་ལྷི་བསྟན་སྐྱོང་དཔལ་མགོན་བདུན་ཅུར་བཅས།
ནལ་འབྱོར་དང་གདུང་དབྱངས་གྱིས་སྒྲུབ་འདེབ་ན།
དམ་ཆོག་གཉིད་པོར་དགོངས་ཏེ་གཤེགས་སུ་གསོལ།
བཟླ་སྐུ་ལྷ་ལྷོ་ ཅོད་ཏེ་ཤིང་ཤིང་ལྷོ་ལྷོ་

ཞེས་པས་གཞི་བདག་འཁོར་བཅས་སྐྱོན་འཕྱིར་པ་བཞིན་བྱོན་པར་བསམས་ལ། བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་ནི།

ཧྲི། རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་འདྲོད་ཡོན་སྤྱོད་ཆོག་ས་ནས།
བདུན་ཉི་ཟླ་དར་ཟབ་པོ་ཆེན་མོ་གས།
སོ་སོའི་ཐུགས་དང་མཐུན་པའི་གདན་ཁྲིལ།
དབྱེས་པར་བཞུགས་ནས་དམ་ལ་གནས་པར་མཛོད།
ས་མ་ཡ་ཏིཏྲ་ལྷོ།

ཕྱག་འཚལ་བཞི།

ཧྲིཿ དོན་དམ་ཡི་ཤེས་དབྱིངས་སུ་རོག་ཅིག་ཀྱང་།

སྒྲུབ་ཚུལ་རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་བསྟན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཕྱིར།

ལྷ་སྒྲིབ་དེགས་པའི་ཚུལ་དུ་སྒྲུལ་མཛད་པའི།

གཞུང་བདག་འཁོར་དང་བཅས་ལ་ཕྱག་བསྐྱེའོ།

ཨ་ཁྱི་བུ་རྟོ་ སྤྱི་ལོ་རྟོ་

མཚོད་པ་འབྲུལ་བཞི།

ཧྲིཿ དག་བསྟོན་ཆེན་པོ་ཡབ་ཡུམ་འཁོར་བཅས་ལ།

ཕྱག་སྐད་སྒྲིབ་པའི་དམ་ཚུལ་མཛད་བུ་ཞི།

ནུལ་ལྷའི་མཚོད་པ་སྒྲུབ་རྟུ་གཏོར་མ་དང་།

ཚོགས་ཀྱི་འོངས་སྒྲིབ་བཟའ་བུ་དང་དཀར་མངར་སྤྱད།

གཤམ་ཕྱི་པ་དོན་སྒྲིབ་ནད་ཁྱེད་མཛད།

སྒྲུབ་གཟིགས་རྟོན་མཛད་དོད་ཡོན་མཚོད་མཛད།

རང་རང་ཕྱག་སྐད་མཛད་ཅི་བཞིན་འབྲུལ་ལག་སྤྱད།

བཞེས་ནས་མཉམ་ཆོམ་སྒྲིབ་ལས་སྒྲུབ་མཛད་གསོལ།

མ་རྒྱལ་བ་བུ་ལྷ་མ་གྲུ་ཤ་སྤྱི་རྟོ་ཧྲིཿ

མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་གཉེན་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་འོ།

དེ་ནས་སྤྱད་ཡང་མཆོད་གསོལ་བསྟོད་པས་མངའ་གསོལ་བཞི། དེ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་འཛིན་རྟེན་
བཏགས་ཆགས་གྱི་ལྷ་འདྲའི་རིགས་འདི་ནམས་བསང་གསུར་གྱི་དུད་པ་དང་དབྱངས་དང་འོ་མོའི་སྒྲུལ་ཡིད་
ཆགས་པ་ཡིན་སྲིད་དེ་དག་གང་འཛོམས་དང་བཅས་པས་འདི་ལྟར་གསོལ་བར་བྱ་སྟེ།

ཀྱི། མངའ་གསོལ་ལོ་དགོ། བསྟོན་མཐུ་སྟོབས་ཅན།

འདིར་གཤེགས་ཤིག་ལྷ་མཆོག་འཁོར་དང་བཅས།

ཐུགས་མཉམ་པའི་འདོད་ཡོན་སྤུན་ཆོག་གས་ཀྱིས།

ལྷ་ཆེན་པོ་འཁོར་བཅས་མངའ་གསོལ་ལོ།

ལྷོ་འཛམ་གླིང་བྱང་ཕྱོགས་གངས་ཅན་གྱིས།

ཤར་གོང་ཡུལ་ལྷོ་ནུབ་པའི་སྒྱུད་ཚལ་དབུས།

མཆིམས་མ་སང་གནས་པའི་ཡུལ་ཁམས་སུ།

རི་མཐོ་གཉེན་གངས་ལྷ་འི་ཕྱོ་མོ་རུ།

འཛའ་ན་བུན་སྒྲིབ་སྤང་འཁྲིགས་པའི་གྲོང་།

མཁའ་རིན་ཆེན་པ་གམ་སྤྱོད་གིས་མཛེས།

གནས་པོ་བྱང་ལྷ་ཡི་གཞལ་ཡས་ན།

ཡབ་གངས་ལྷ་བཟང་པོ་ལྷ་ཡི་རྒྱལ།

ཡུམ་གོང་བཅུ་ལྷོ་རྫོང་པོ་དཔལ་སྒྱུར་།

འབངས་ཁར་བ་སྟག་ལོང་བདུད་ཀྱི་རྩེ།

འཁོར་དགེ་བསྟེན་ཆོག་ས་དང་སྡེ་བརྒྱད་མོག་ས།
 གཞས་ཡུལ་ལྟ་གཞི་བདག་སྒྲུལ་འཁོར་ནམས།
 དེ་རིང་མཆོད་པའི་མཁའ་དུ་གཉེར་ལག་ས་ཀྱི།
 འཚུ་བས་ཆོའ་ལྷུལ་ནམ་འགྱུར་མ་སྟོན་པར།
 ཐུགས་སློང་དག་འཛིན་གཤེགས་དབྱེས་པར་བཞུགས།
 རྩམ་བཤམས་པའི་མཆོད་པ་བཞེས་སུ་གསོལ།
 གཞས་གཙང་ཁིང་དྲངས་སློང་ཡིད་མཐུན་འདིར།
 མཁའ་མཉམས་བྱེད་མཆོད་པ་བཀོད་མཛེས་བཤམས།
 སློམ་ཤིང་སྒྲིབ་པས་དུད་སྟོན་ལྟར་གཏོབས།
 ཡུད་འབྱུ་བཅུད་གསེར་སྒྲིམས་མཆོལྟར་བསྒྲིལ།
 ཆོག་ས་གཏོར་མ་ལྟ་བཤེས་རིལྟར་སྒྲུངས།
 སྒྲུབ་རིམ་ཆེན་འབྱུངས་ཐང་ལྟར་བདལ།
 ཟས་དཀར་མངར་ཤེས་ལྟར་སྒྲིལ།
 ལྟ་དགེ་བསྟེན་འཁོར་བཅས་དབྱེས་པར་རོལ།
 ཏྲང་དཀར་ཅང་ཤེས་རྒྱུད་གཤེག་ཅན།
 རྒྱུན་རིམ་ཆེན་སྒྲིམས་པས་ལི་ལི།
 གཡམ་དཀར་པོ་གངས་རི་འགྲུལ་ཤེས་འདྲ།
 རྩམ་སྒྲིང་ཆེན་རྒྱས་ལང་མ་ལིང།

སྤྲི་དུང་མདོག་མེད་གེ་མཆོད་ས་ལྟར་བརྟམས།

མཁུལ་གཡེར་ཁའི་རྒྱུ་ཆ་སྤྲོ་ལོ་ལོ།

བྱུང་ཀར་མཛེས་དར་གྱི་ཕོད་བཟང་ལྟ།

རྒྱུ་ལྷ་པོའི་སྒྲི་དབྱངས་ཅེ་རེ།

ལུག་གཡང་དཀར་བལ་གྱི་འདབ་ཞོལ་ཅན།

བཟླ་ཆགས་པའི་དུང་རུ་གཡམ་འབྲིལ་མཛེས།

འོར་རྒྱུད་བཞི་གཅིས་དགའི་རྟེན་བཙུགས་ས།

ལྷ་དགོ་བསྟེན་འཁོར་དང་བཅས་ལ་འབྱུལ།

འཕམ་དར་དཀར་ལྷེ་དམར་པོ་ཕོད་ཅན།

མདའ་མོད་སྒྲི་དར་སྒྲི་མེ་ལོང་བཏགས།

དབྱངས་སྒྲི་པའི་རོལ་མོ་འབྱུག་ལྟར་ལྟེ།

ལྷ་གཞི་བདག་ཆོག་སྒྲི་ལྷ་སྒྲི་པར་མཛོད།

སྤྲི་འདོད་ཡོན་འབྱུར་བས་མ་ཕོངས་ཀྱང་།

བདག་དངོས་སྒྲི་འདོད་དགའ་འབྱུང་བའི་ཕྱིར།

དེད་མཆོད་གསལ་འདི་ལྟར་བཞུགས་པའི་མཐུས།

དོན་ཕྱིན་ལས་རྟམ་བཞི་འབྱུང་པར་མཛོད།

ཀྱི། གནས་བདག་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་བཟང་།

མཐུ་སྒྲི་བས་རུས་སྒྲི་བས་མ་མི་བྱུང་།

སྒྲིབ་ཁམས་ཀྱི་ལ་དབང་བསྒྲུབ་བ།
རྒྱལ་སྒྲུབ་ཅན་ལ་བདག་བསྒྲིབ་དོ།

སྒྲིབ་དོག་དཀར་མཛེས་འཛུམ་མ་དངས་ཅན།
དར་དཀར་ན་བཟའ་ལྷ་དཀར་གསེལ།
རུ་དར་དཀར་འཛིན་ཏུ་དཀར་ཆིབས།
ལྷ་འཁོར་འབྱུང་དང་བཅས་ལ་སྒྲིབ།

ཤེས་འགའ་གཞོད་སྒྲིབ་ཆ་ལུགས་སྒྲུལ།
གསེར་མདོག་དར་ཟབ་འཛིན་བསྒྲུབ།
གཏིར་བུམ་བསྒྲུལ་ཤིང་དངོས་སྒྲུབ་སྒྲིབ།
ཐོར་ལྷ་འབྱུང་གྲིས་བསྒྲིབ་ལ་བསྒྲིབ།

ཤེས་འགའ་ཀླ་བཅའ་ཆ་བྱད་མཛོད།
མི་དམར་ཏུ་དམར་མཛོད་དམར་ཐོགས།
བསེལ་བྱེད་སྒྲིབ་གསེལ་འཁོར་གསུམ་བཅས།
བཅའ་འཁོར་འབྱུང་ལྷ་བྱེད་ལ་བསྒྲིབ།

ཤེས་འགའ་བདུད་ཀྱི་རྒྱུལ་པོ་འཛུལ།
ཁྲི་གཏུམ་མི་ནག་ཏུ་ནག་ཐོབ།
རུ་མཆོན་འབྱུང་ཤིང་གྲ་བཅོགས་སྒྲིབ།
བདུད་དམག་འབྱུང་གྲི་གཙོ་ལ་བསྒྲིབ།

ཞི་རྒྱུ་མ་དཔང་དག་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་ལྷ།
 རྒྱལ་ཕྱིར་ནམ་ལ་ལྷ་ར་མོ་མོར་སྟོན།
 བསྟན་པ་ལྷ་དཀིང་བསྟན་པ་འོོན་སྟེང་།
 ཆོས་སྤྱང་ཆེན་པོ་བྱེད་ལ་བསྟོན།

ཕྱི་ལོ་བཅའ་གནང་བཅུ་དེ་མོ་ཡང་།
སྤྲི་ལྟར་དེ་རྩེ་པོ་དང་ཁམས་སྦྱང་།
ཁོ་ཚུ་ལ་རལ་གྱི་ནད་རྒྱལ་ལེན་།
དེ་ལ་ནག་ཆིབས་མཛད་བྱིད་ལ་བསྟེན་།

བདུ་རྩི་མའི་འོད་འབྱེད་ལ།
 གཞིན་མཛེས་དར་དང་རིན་ཆེན་བསྐྱུ་།
 ཡིད་བཞིན་ཐོར་བྱ་བས་མ་འཕེལ་བསྐྱེལ་ས།
 ཀོང་རྩ་གྲོ་ཁུ་ཆིབས་ལ་བསྟོད་།

གཤམ་བར་མ།ཁམ་འགྲོ་དང་ལ་འབར་མ།
 དམར་མོ་རི་འཁོར་ལྷ་སྒྲུབ་སྤྱུལ།
 མེ་ལོང་བསྐྱུལ་ས་ཤིང་བྱ་འཁོར་བས།
 བསྐྱུལ་མའི་ལོ་ཁོར་དང་བཅས་ལ་བསྐྱོད།

ཧྲིཿ ལྷ་རྒྱལ་ཡབ་ཡུམ་བཀའ་ཉན་གྱི།
ལས་ལམ་བཀའ་བརྒྱལ་ཡོང་ཆེ།

སྐྱུག་ནག་དཔལ་བོ་རྟ་ཆུང་ཅན།
མིག་གཅིག་དམར་ལ་བྱུག་དྲུག་ལ་གཟིང་།

མདའ་གཞུང་ལ་གྲི་མདུང་བསྐྱམས་ནས།
བདུད་དམག་མང་པོ་པོ་ཉར་ལ་བྱེད།
དམ་ཉམས་དྲུག་སྒྲིག་ཏུ་བློ་བྱེད།
བདུད་འཛུམས་དྲུག་རྩལ་ཅན་ལ་བསྟོད།

གཞན་ཡང་དག་བསྟེན་ཆེན་པོ་ཡི།
བཀའ་ལ་ཁོར་ལྷ་སྒྲིབ་དེགས་པའི་ཆོག་ས།
བསམ་མི་བྱུང་ལ་མཆོད་ཅིང་བསྟོད།
གང་བཅོལ་སྒྲིབ་ལས་ཀྱི་ཁ་ལྟུང་མཛོད།

རྒྱུ་ གནས་ཡུལ་བདག་པོ་ལྷ་རྒྱལ་གང་བཟང་རྗེ།
ཡུམ་ཆེན་དོན་དམོ་སྒྲིབ་བཙུན་གཙོ།
པོ་ཉར་བ་རྟ་ལོང་ཡང་ལོར་ཆོག་ས།
འོ་བདག་གཞོད་སྒྲིབ་མཛོད་པར་བཅས་ལ་བསྟོད།

བསྟེན་པའི་སྒྲི་སྐྱུང་ག་ཅིང་རིས་བདུན་རྩེ།
བོད་ཡུལ་བསྟེན་སྐྱུང་དག་བསྟེན་སྒྲིབ་དྲུག་སྐྱུང་།
གནས་བདག་ཞིང་སྐྱུང་དཔལ་བོ་ལ་ལའ་ལྟོ་ཆོག་ས།
ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་ལོར་དང་བཅས་ལ་བསྟོད།

དགོ་བསྟན་ཆེན་པོ་འཁོར་བཅས་ཁྱེད་རྣམས་ཀྱང་།

སྟོན་ཆོ་སྟོབ་དཔོན་པདྨ་ཐོད་ཐེང་དང་།

ཟུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་འཛམ་གླིང་གྲགས་པ་སོགས་།

རྒྱལ་བ་རིག་འཛིན་བརྒྱུད་བཅས་སྟུན་ལྷ་ལྷ།

ཇི་ལྟར་ཁས་བླངས་དམ་བཅས་དྲན་མཛོད་ལ།

རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་གཉན་པོ་བསྟུང་བ་དང་།

སྟེན་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་ཆོ་སྟེན་ལས་སྟེན་ལ།

དགོ་འདུན་མཐུན་ཁིང་ཆོས་སྟོན་སྟོན་སྟུབ་བཙོན་།

ཆོས་མཐུན་དཔལ་དང་བདེ་འབྱོར་རྒྱས་པར་མཛོད་།

འཛིན་རྟེན་ཁམས་སྟུན་དཔལ་ལས་འབྱུག་ཕྱོད་དང་།

སད་སེར་ལུ་གོ་ལྷགས་ནད་འབྱུང་པོའི་གདོན་།

འབྱུང་བའི་གཡེ་འབྱུག་གཞོད་འཆོའི་རིགས་སྟུར་ཀྱུན་།

རྟག་ཏུ་ཞི་ཞིང་བསྟུང་བར་མཛོད་དུ་གསལ་།

ཁྱེད་པར་ཡུལ་སྟོགས་དགོན་གནས་འདི་དག་གི།

དཔོན་སྟོབ་ཡོན་མཆོད་འཁོར་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ།

བར་ཆད་མེད་ཅིང་མཐུན་རྟེན་ལུན་སྟུན་ཆོག་པས་པས།

ཆོས་དང་བཀའ་ཤིས་དགོ་ལེགས་འཕེལ་བར་མཛོད་།

གནས་བདག་ཆེན་པོ་ཡབ་ཡུམ་སྟོན་འབངས་བཅས་།

ཐུགས་དམ་བསྐྱངས་ནས་སྒྲིབ་བྱི་དམ་ཆོག་བཞིན།
 རྣལ་འབྱོར་བདག་གིས་ཇི་ལྟར་གསོལ་བའི་དོན།
 ཆོ་ག་ཅིག་བྱང་ཆུབ་འགྲུབ་པའི་སྒྲིབ་ལས་མཛོད།

སྒྲུབ་མ་ཐམས་ཅད་མཉམ་ཤིང་ཆོ་མས་ནས་སོ་སོ་རང་རང་གི་གནས་སྒྲིབ་དུ་བྱེད་
 ལ་ག་ཤེགས་པར་བྱུང་། ཡ་ཉི་གཙུག་།

གཞན་ཡང་འདོད་གསོལ་སྒྲིབ་ལ་མཉམ་བཅོས་པ་མཛོད་ལ་སོགས་ཇི་ལྟར་རིགས་པ་སྒྲུབ་པ་དང་སྒྲུབ་ལ་བྱཞིང་།
 དེ་ནས་མཆོད་གཏོར་ཡོ་བྱད་ཀྱི་བྲེ་བྲག་ལ་འབྱུལ་དང་ག་ཤེགས་པར་འཛིན་པ་རྣམས་ག་ཤེགས་། དངོས་སྒྲུབ་
 ཏུ་བྱང་བར་འཛིན་པ་རྣམས་བསྐྱེད། ཆོ་ག་འདི་ལ་གང་ཞིག་གསོལ་པ་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་སྒྲུབ་སྒྲིབ་ཀྱི་འདི་ཉིད་
 ཡོངས་རྒྱུགས་མཐར་ཆགས་སུ་བྱཞིང་། རྒྱུབ་བྱི་བསྐྱང་གསོལ་གཏོར་བསྐྱེད་སོགས་ཀྱི་མཛུགས་ཏུ་བྱེད་(བར་)
 བྱེད་པའི་ཆོ་ན། ཏུ་ཅང་ཆོ་ག་ཆོ་གས་མང་ན་དགོས་སྒྲིབ་ལ་གཞན་ལ་གཞོད་པའི་རྒྱུར་འགྲུབ་བས། བོད་གི་
 རྒྱུབ་འབྲེན་བཞགས་གསོལ་བྲག་འཆོལ་མཆོད་པ་རྣམས་ཀྱི་འཕྲོར་འོག་གི།

རྩྱུ། གནས་ཡུལ་བདག་པོ་ལྟ་བུལ་གང་བཟང་རྗེ།

ཞེས་སོགས་མཐུད་ལ་བྱཞིང་། བར་གྱི་མངའ་གསོལ་ཆོ་ན་གཉིས་པོ་བཞག་པས་ཆོ་ག་ཆོ་དེ་ལྟར་
 རྒྱས་བསྐྱེད་མཆོལ་འབྱོར་ཤེས་པར་བྱེད། འདི་ལྟར་གཞི་བདག་ཆེན་པོའི་གསོལ་མཆོད་ཀྱི་ལས་རིམ་
 མཛོད་བསྐྱེད་འདི་ནི། དཔལ་ལྷན་འབྲི་བྱུང་བཆོན་པོས་རྗེས་སུ་བཟུང་ཞིང་བྱིན་བསྐྱབས་པ། ཤར་དགའ་
 བླ་མ་རྒྱལ་ཁྲིམ་བསྐྱུལ་བར་མཛོད་པ་བཞིན། སྒྲོལ་གས་རང་སྒོལ་གྱིས་རྒྱོད་ལྟག་ཡང་དབེན་དུ་ཡིག་ར་
 བཏོད་པ་དགོས། །།རྒྱུ།

མཆིམས་ཡུལ་གྱི་ལྷ་གཉན་ཆེན་པོ་གངས་ལྷ་རྒྱལ་པོའི་གསོལ་ཁ་མཆོད་གཏོར་གྱི་ལས་ཟིལ།

༥ བདེ་ཡངས་བྱང་རྒྱལ་གྱི་གཞི་བདག་ཀླུ་བཙུན་གསལ་པོ་དེ་མེད་གསོལ་ཁ་བཞུགས་སོ། །
བཞོན་ལུ་རུ་དམ་ཏུ་གི་འོ། ། གཞི་བདག་ཆེན་པོ་གསལ་པོ་དེ་མེད་པའི་གསོལ་ཁ་ཆོད་བྱ་བར་
འདོད་ན། གཏོར་མཆོད་རྒྱུན་གཟིགས་སོགས་རྒྱལ་པོར་བཤམས་ལ། ཐོག་མར་བདག་ལྷ་ར་བསྐྱེད་པ་དང་
མཆོད་གཏོར་གྱི་ལྷ་གསལ་བསྐྱབས་པའི་ཟིལ་པ་མདོར་བསྐྱུས་ནི།

རྩྭ་ བདག་ཉིད་རྒྱུད་ཅིག་དཔལ་ལྷོ་གསལ་ཏུ་མཁྱིལ་བ་རྒྱལ།
དམར་གསལ་གྱི་ལྷ་གཞི་ཐོད་ཐོག་ཐོར་ཆས་བསྐྱུར།
མེད་ལུང་གྲོད་ན་རི་རབ་ཙམ་གྱི་སྒྲ།
སྤང་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པར་གྱུར།
ཨོ་བཟོ་གྲོ་ཏུ་ཏུ་ཡུ་མེ་མེ་ཏུ་ལུ་ཏུ་ལུ་ཏུ་པཎ་

༥ ཐུགས་ཀའི་ས་བོན་རྩྭ་དམར་པོ་ལས་མདོན་པར་སྒྲུལ་པའི་ཡི་གེ་རྩྭ་ཡི་
ཁྱི་གསལ་འཕྲོས་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲུལ་སྒྲུལ་གྱི་མེ་ལྷུང་ཆུ་གསལ་འཕྲོས་ཏེ་
མེ་ལྷུང་གཏོར་མཆོད་རྒྱལ་གྱི་འབགས་བཙུག་ཏེ་སྒྲོན་པའི་ཐམས་ཅད་སྒྱུར་ས།
སྤང་ཡང་ཨོ་ཨྲུ་ཏུ་གསལ་སྒྲོས་ནས་ཐིམ་པ་ཙམ་གྱིས་གཏོར་མཆོད་དོན་ཡེ་ཤེས་གྱི་
བདུད་རྩི་ལ་རྒྱལ་པ་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལུ་ལུ་སྤང་ཆོགས་པ་བཀའ་སྤང་ཆོས་སྒྲོད་གཞི་
བདག་རྒྱལ་སོ་སོར་གང་ལ་ཅི་ལྟར་འདོད་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པས་
སྤྱོད་གསལ་འཛིན་ཏེ་གྱི་ཐོན་ཐམས་ཅད་གང་ཞིང་ཟེད་མེད་རྒྱལ་ཁའི་མཛོད་ཀྱི་རང་
བཞིན་དུ་གྱུར། ཅེས་པའི་མཐར་ཐུག་(མཁའ་)མཛོད་དང་ཨ་ཀུ་རོའི་ཐུགས་ཀྱིས་བྱིན་བསྐྱབས་བྱའོ། །

རང་གི་སྐྱབ་ས་ཀའི་ས་བོན་ལས་འོད་ཟེར་དབལ་ཏུ་མེད་པ་འཕྲོས་པས། གཞི་བདག་
ཆེན་པོ་གྲགས་པ་དྲེ་ཆེ་འབར་བ་འཁོར་དང་བཅས་པའི་སྐྱབ་ས་བརྒྱུད་བསྐྱུལ་ཏེ།
བྱ་མོད་ཀ་ལ་འཐིབས་པ་འཇ་སྒྲག་མོ་ག་ཟུན་ལ་འཇུམ་པ་ལྟར་སྐད་ཅིག་ལ་མཆོད་པའི་
གནས་འདིར་བྱོན་པར་གྱུར།

ཀྱི། དམ་ཚིག་ཆེན་པོའི་གནས་མཆོག་ནས།

བཀའ་སྲུང་གྲགས་པ་དྲེ་ཆེ་འབར།

གཏུང་བའི་དབྱངས་ཀྱིས་སྒྱུབ་འདེབ་ན།

འཁོར་དང་བཅས་ཏེ་གཤེགས་སུ་གསོལ།

རང་བཞིན་གནས་ནམས་གར་བཞུགས་ཀྱང་།

དེད་འདིར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བའི་ཕྱིར།

རོལ་མོའི་སྒྲི་དང་མཉམ་པའི་ཇས།

ལེགས་པར་བཤམས་ཏེ་སྒྱུབ་འདེབ་གྱི།

སྐུལ་བ་རིག་འཛིན་བརྒྱུད་བཅས་དུང་།

ཁས་བླངས་དམ་བཅའ་དྲན་མཛོད་ལ།

སྐྱབ་ལས་ཐོགས་མེད་བསྐྱབ་པའི་ཕྱིར།

སྐད་ཅིག་ཅམ་གྱིས་གཤེགས་སུ་གསོལ།

ཨི་ཙྰ་ཏི་བྱུལ་བཟང་ས་ལྷ་ངེ། ཇེ་རྩྱུ་བེ་ཏེ། ས་མ་ཡ་ཏི་ཏུ་ལྷ།

གྱུ། ལུ་སྟོ་བས་ཕུལ་ལྷན་སྤྱད་མ་ལའོར་བཅས་ནམས།

དམ་ཆོག་ལུ་བྱ་པའི་གནས་འདིར་ད་གྲུ་པར་བཞུགས།

དང་བའི་ཡིད་གྱི་ཕྱག་འཆོལ་གྲུ་པས་འདུད།

བདག་སོགས་འཁོར་བཅས་སྤྱད་སྟོབ་ཕྱིན་ལས་མཛོད།

བྱེད་ལ་མཉམ་པའི་མཆོད་པ་འབུལ་བ་ནི།

ཕྱི་མཆོད་ནམས་ལྷ་དཀར་གསུམ་མའར་གསུམ་དང།

ནང་མཆོད་འདོད་ལྷ་སྟོན་རྒྱ་གཏོར་ཆོགས་དང།

གསང་བ་སྟོར་སྟོལ་ཏིང་འཛིན་བྲལ་མེད་མཆོད།

ལུ་མོང་བསང་གསུར་བསྐྱང་ཇུས་རྟེན་ཇུས་འཁོར།

གཟུགས་སྒྲིབ་འཁོར་བྱུ་ཅི་འདོད་མཆོད།

བྱེད་པར་བསྟན་ལ་སྤྱད་བྱེད་ད་གྲུ་བགོགས་གྱི།

ཤ་བྲག་དབང་པོ་དོན་སྤྱད་ནང་བཞུགས་དང།

སྤྱོད་སྟོག་དུགས་བཅས་པ་མཆོད་པར་འབུལ།

ད་གྲུ་པར་བཞུགས་ཤིང་ལུགས་དམ་བསྐྱངས་ནས་ཀྱང།

བདག་གི་འདོད་དགུ་ཆོས་བཞིན་བསྐྱབས་པ་དང།

བར་ཆད་ད་གྲུ་བགོགས་མ་ལུས་ཞི་བར་མཛོད།

བྱིད་ཀྱི་ཡུམ་དང་སྒྲུབ་ལ་ཁོར་བཀའ་འབངས་ཚོགས།

ལས་བྱེད་པོ་ཉ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བཅས་རྒྱུ་ཡིད།

མཐུན་པའི་དམ་ཚུས་མཆོད་གཏོར་སྒྲུབ་ཆེན་པོ།

བཞེས་ནས་བཅོལ་བའི་ལས་ཀྱི་བསྒྲུབ་པར་མཛོད།

ཚུལ་ཏེ་བྱུང་གི་ཉི་མའི་བཟོ་ལྟ་ལ། མ་རྩ་སྒྲུབ་པུ་ལ་ཁ་ཁ་ཁ་ཉི་མ་ཉི།

ཀྱི། གསོལ་ལོ་མཆོད་དོམ་དང་གསོལ་ལོ།

གཞི་བདག་གཉིས་པོ་མཛད་གསོལ་ལོ།

བཅོལ་ཆོད་ཆེན་པོ་མཛད་གསོལ་ལོ།

ལ་ཁོར་བཅས་མཆོད་བསྒྲིབ་མཛད་གསོལ་ལོ།

རང་བཞིན་གྱི་པའི་གནས་མཆོག་ནས།

རྩལ་ལྡན་སྒྲུབ་པའི་པོ་བྱེད་ཆེན།

གསལ་པ་དེ་རྩལ་ལའང་བཅས།

སྒྲུབ་མཆོག་པོ་བྱིད་ལ་བསྒྲིབ།

བསྒྲུབ་དང་བསྒྲུབ་པའི་ཉི་མའི་མཛོད་བྱིད།

ཆ་ལུགས་རྒྱུ་ལ་མཛོད་པོ་ཉི།

ལས་ལག་བཅོལ་ཆོད་ལའང་བའི་ཚུལ།

རམ་བཟོད་གཟི་མཛད་སྒྲུབ་པའི་ཚུལ།

སྤྱི་མཛོད་གྲོ་མཛུ་ཁྱིའི་བསེལ་གསལ་།
 མཛུ་དམར་བསྐྱེལ་ཁྱིའི་དམར་ཆེ་བས།
 ཉི་མ་འབྱུང་གྱི་འོད་ལྷ་བྱ།
 བཅོམ་འཁོར་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱེར་ལ་བསྐྱེད།

 རེས་འགའ་ཞི་བའི་ལས་མཛད་ཕྱིར།
 མི་དཀར་རྟ་དཀར་མཛུ་དར་དཀར།
 ཟླ་བ་རྒྱ་སྐར་བསྐྱེར་འདྲ་བ།
 ལྷ་བཅོམ་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱེར་ལ་བསྐྱེད།

 རེས་འགའ་དྲག་པོའི་ལས་མཛད་ཕྱིར།
 མི་ཐག་རྟ་ཐག་མཛུ་ཐག་ཅན།
 ལུག་པའི་གྱིབ་སོ་གཏིབ་འདྲ་བའི།
 བཅུད་བཅོམ་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱེར་ལ་བསྐྱེད།

 འདོད་དགལ་དཔོན་གྱི་ལྷ་མཛད་པའི།
 ཡུལ་མཆོག་མཆོ་སྐྱོད་ལྷ་འཁོར་བཅས།
 བར་སྐྱེད་འཛུལ་ཆོན་འབྱེགས་པ་འདྲ།
 ལྷ་བཅོམ་འབྱུང་གྱིས་བསྐྱེར་ལ་བསྐྱེད།

དག་ཅུལ་མཐུ་སྟོབས་རྩུལ་ལྟོ།
 མཁའ་ལ་སྒྲིག་དམར་ལ་བྱུག་པ་ལྟོ།
 གཙོ་ལ་ཁོར་ཕྱག་བརྟན་སྐྱུལ་པར་བཅས།
 མཐུ་ལྟོ་སྐྱུང་མའི་ཆོག་སལ་བ་སྟོང།

 གྱི། མཆོད་པའི་ཡོ་བྱད་ཕུན་ཆོག་སལ་པས།
 ཆོས་སྐྱོང་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་ལོ།
 སྐྱུན་གཟིགས་དགོར་ཆ་སྒྲོལ་གསུམ།
 གཞི་བདག་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་ལོ།

 སོ་བྱང་རྟོན་རྩལ་ཡིད་འོང་བའི།
 གནས་བདག་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་ལོ།
 སྐྱུན་རྒྱ་གཏོར་ཆོག་སལ་དམ་རྩལ་གྱིས།
 བཅོན་ཚེད་ཆེན་པོ་མངའ་གསོལ་ལོ།

 གཙང་ཐུང་དཀར་གཏོར་སྐྱུན་ལྟོ།
 ལྟོ་བཅོན་ལ་ཁོར་བཅས་མངའ་གསོལ་ལོ།
 ཀུན་གྱི་དམར་མཆོད་ལོངས་སྐྱོད་གྱིས།
 བདུད་བཅོན་ལ་ཁོར་བཅས་མངའ་གསོལ་ལོ།

 དཀར་དམར་རིན་ཆེན་དར་སྐྱུན་གྱིས།
 ཡུལ་མཆོག་གྲུ་སྐྱུན་མངའ་གསོལ་ལོ།

གང་ལ་ཅི་འདོད་གཏོར་མཆོད་འདིས།
 འཁོར་བ་ཅས་ད་གྲུམ་པར་མངའ་གསལ་ལོ།
 གསལ་ལོ་མཆོད་དོ་སྤྱད་མའི་ཆོག་ས།
 མཉམས་པར་བཞེས་ཤིག་མཐུ་ལྷན་ནམས།
 ཆོམ་པར་མཛོད་ཅིག་འཁོར་བ་ཅས་ཀྱུ།
 ལྷག་ས་དམ་སྒོངས་ལ་ཐིག་ལས་མཛོད།
 སྒོ་བ་དཔོན་པདྨ་ཐོད་ཐེང་དང།
 རིག་འཛིན་བཀའ་བརྒྱུད་གོང་མ་ཡི།
 སྤྱན་རྒྱུ་ལས་སྤངས་དམ་མཐོས་པའི།
 དམ་ཆོག་གཉན་ལས་བྱིད་མའདལ།
 བདག་ཅག་རྗེས་འཇུག་འཁོར་བ་ཅས་ཀྱི།
 བསམ་པའི་དོན་ཀྱུན་བསྐྱབ་ཏུ་གསལ།
 བད་གཏོན་རྒྱུན་དཔོན་མཆོད་རིགས།
 ཆགས་ཆེ་བྱ་དཔོན་འཐབ་འཇུག་ས་བྱ།
 སྒོ་བྱར་ཡི་འགྲོག་གོད་བསམས།
 འགལ་རྒྱུན་གཞོད་འཆོ་བསྐྱོག་པར་མཛོད།

ཚོ་བམོད་དཔལ་འབྱུང་མངའ་ཐང་དང་།

མི་ཤོར་ཟས་གོས་ལོངས་སྤྱོད་གཡང་།

སྟོན་གྲགས་བདེ་ལེགས་ཡོན་ཏན་ཀུན་།

ཚོས་དང་མཐུན་པར་འཕེལ་བར་མཛོད་།

སངས་རྒྱལ་བསྟན་དང་ཚོས་སྤྱོད་ལ།

གཞོད་པ་བྱེད་པའི་དབང་བཞགས་རྣམས་།

སྒྲིག་ཚོད་དབྱེགས་ལོངས་ཤུགས་ཟློ།

མིང་ཅམ་མེད་པར་བསྐྱེད་པར་མཛོད་།

མདོར་ན་སྤྱང་མཆེན་པོ་བྱེད་།

ཡུམ་སྐུ་འཁོར་དང་བཅས་རྣམས་ཀྱིས་།

བདག་གི་བཅོལ་བའི་སྤོང་ལས་ཀུན་།

ཐོག་མེད་ལྷུང་དུ་བསྐྱེད་པར་མཛོད་།

ཨོཾ་ཧྲི་ཤུལ་སེལ་ཡ་དམ་ལས་མཁའ་དཔལ་ཞིག །སྐྱེད་སྤྱི་པ་ལ་བྲ་ཡུལ་ལྷུན་གྲུ་སྤྱི་

ཞེས་བཛོད་ལ་མཆོད་གཏོར་རྣམས་སྤུལ་བས་སྤྱང་མ་ཐམས་ཅད་དགའ་མཁུ་ཡི་རང་ནས་ཅི་

བཅོལ་བའི་སྤོང་ལས་བསྐྱེད་པར་ཞལ་གྱིས་བཞེས་ཤིང་རང་རང་གནས་སུ་གཤེགས་པར་དམིགས་ལ།

སྤོང་ལས་བཀའ་ཤིས་སྐྱེད་སྤྱི་པ་ལ་བྲ་ཡུལ་ལྷུན་གྲུ་སྤྱི་དང་མཐུན་པར་བྱ་ཞིང་དམིགས་མེད་ཀྱིས་རྒྱས་

གདབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟར་གཞི་བདག་གྲགས་པ་དོན་འབར་བའི་གསོལ་མཆོད་མདོར་བསྐྱེད་འདི་ནི།

དབོན་པོ་ཨོ་རྒྱལ་བསྟན་པས་བསྐྱལ་བར་མཛད་པ་བཞི། སྣོ་ཚོགས་རང་གྲོལ་གྱི་རྣལ་འབྱུང་པས་
ཡི་གེར་བཀོད་པ་དགེ་ལེགས་འཕེལ་བར་གྱུར་ཅིག།

ཧྲཱི། རང་བཞིན་གྱི་བ་པའི་ཕོ་བྱང་ཆེན་པོ་ནས།

བདུད་བཙན་དག་པོ་དོན་ཀློག་དགའ་འབྱུག།

སྟོན་གྱི་ལས་བྱངས་དམ་ཆོག་དྲན་མཛད་ལ།

རྩུ་འབྱུལ་མཐུ་ཡིས་ཡུད་ཅམ་གནས་འདིར་ག་ཤེགས།

ཨོ་བཙྰ་མེ་ལྷ་སྟ་སྟ་ར་ས་ལྷ་ངེ།

བྱི་ནང་གསལ་མཆོད་སྟོན་ར་ག་གཏོར་ཆོགས་དང།

སྟོན་གཟིགས་ཐུགས་དམ་སྟོང་བའི་ཡོ་བྱད་ཀློག།

སྟགས་དང་ཏིང་འཛིན་བདེན་པས་བྱིན་བརྒྱབས་ཏེ།

འབྱུལ་གྱིས་ད་གྲུས་པར་བཞེས་ལ་བྱིན་ལས་སྒྱུབས།

བཙྰ་མེ་ལྷ་སྟ་སྟ་ར་ས་ལྷ་ངེ་ལྟེ།

ཧྲཱི། དག་ཅུལ་མཐུ་སྟོན་པས་གཟི་ལྟོན་ཀློག་དགའ་འབྱུག།

སྒྱུ་མདོག་དམར་སྒྱུ་ག་སྟེག་ཅིང་དཔའ་ག་རྒྱུ་མཚུལ།

འཁོར་གསུམ་རྒྱལ་ལྟོན་མདུད་དར་ཞགས་པ་བསྟོམས།

རྟོན་ག་ཏིང་ད་ག་ར་ཆོབས་ལ་བྱུག་འཆལ་བསྟོན།

བདུད་བཅོན་ལ་ཁོར་ཚོགས་ལ་བུམ་གྱི་གཙོ་བོ་བྱེད།
 རིག་ལ་ཇི་ན་བརྒྱུད་པའི་སྒྱུ་སྒྲུབ་ལ་བཞེས་བཞིན།
 སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲིབ་པའི་བསྒྲུབ་པ་བསྒྲུབ་བཤ།
 བསྒྲུབ་དང་གཤེལ་བ་མེད་པར་མཛད་དུ་གསོལ།

གཙུག་ལག་དགེ་ལུགས་སྒྲིབ་ལ་མཐུན་ཆེན་སྒྲུབ་སྒྲུབ།
 བསྒྲུབ་དག་ཚེ་ཚོད་བྲམ་མའི་སྒྲིབ་པ་བསྒྲིབ།
 དམ་ཚེས་ཚུལ་བཞིན་སྒྲིབ་ཆུང་ཆུང་སྒྲུབ་པའི་སྒྲིབ།
 སྒྲིབ་ལས་གང་བཅོལ་ཕྱོགས་མེད་སྒྲུབ་མཛད་ཅིག།
 བཟོ་བྱ་ལྟ་བུ་སྒྲུབ་པ་མ་ཡི་ཅོད་ཅུ་པ་ཀའི་ཀྱུ་རྩུ་སྒྲུབ།

ཞེས་སྒྲིབ་ཐོལ་བསྒྲིབ་རྒྱུ་གསུངས་སྒྲིབ་གི་གཞི་བདག་ཀྱུ་རྩུ་དག་ལ་བུག་གི་གཏོར་མ་ཚོད་ཅུ་རྩུ་ལ་དེ
 ཡང་ཚོས་དབྱིངས་འོད་གསལ་ཕྱེ་མོའི་སྒྲིབ་པ་དང་དེ་གི་ལེགས་ལེལ། མཛད་ཡུལ། །



ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་འི་ནྣམ་པར་བཤད་པ་

མདོར་བསྟུས་ཏེ་བར་མཁོ་བ་དངོས་གྲུབ་

ཟླ་ང་རྩི་འི་ཟླ་ལ་མངར་

བཞུགས་སོ།།



༥ ལགས་ལོ་ན་ད་ལམ་གྱི་སྒྲུབ་ས་ལ་དེ་ཉིད་དུ་ཟུམ་མོ་ཚོགས་
 ཀྱི་ལ་ཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱེད་པ་ནི་བསོད་ནམས་དང་དོ་མཚར་གྱི་
 མཚོགས་ཏུ་གྱུར་པ་ལགས་ཤིང་། དེ་ལ་ཚོགས་ཀྱི་དོ་བོ། དེས་ཚོགས་ །
 ད་བྱེ་བ་ཇི་ལྟར་བསྐྱེད་པའི་ཐབས། བསྐྱེད་པའི་ཕན་ཡོན་དང་བཅས་
 པའི་རིམ་པ་ལས།

དང་པོ་དོ་བོ་ནི། ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་བ་དང་།
 ལྟ་དང་བྲམ་མ་མཆེད་ལུ་མ་ནམས་ཀྱི་ད་བྱེས་པ་སྐོར་བར་བྱེད་པའི་རྫས་ཀྱི་
 རྣམ་གྲངས་སོ། །དེས་ཚོགས་ནི། ལགས་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲིབ་དུ་གཏུགས་བྱ་བ་
 དེ་ཉིད་བོད་ཀྱི་སྒྲིབ་དུ་ཚོགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཐབས་ཤེས་ཀྱི་རྫས་སུ་གྱུར་པའི་
 ལོ་དོད་ཡོན་བཟའ་བཏུང་གི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཚོགས་པར་བཤམས་པས་
 བཟོགས་ཞེས་བྱ་ལོ།

ད་བྱེ་བ་ནི། ཕྱི་ནང་གསལ་བ་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལས། ཕྱི་ལྟར་ན་དབང་
 ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞིའི་ཚོགས་སྣོད་དུ་སྒྲིབ་བཞི་རིམ་ལོ་མཚོ་དང་
 བཅས་པ་ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་དུ་རང་བཞིན་གྱིས་བཀོད་ཅིང་། བཅུད་ཀྱི་

ཚོགས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་འི་ནམ་པར་བཤད་པ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་བར་མཁོ་བཤད་དོས་སུ་བསྒྲིལ་ཞིང་།

མེམས་ཅན་སྐྱེའ་གྲོ་མཐའ་དག་ཚོགས་ཀྱི་རྒྱ་དུ་ཡིན་པ་ལྟོན་གྱིས་སྤྲུབ་པ་ནི་སྣང་སྤྲིད་
རང་བྱུང་ཕྱི་འོག་མ་མཆོད་མདུ་བྱུང་བ་དེ་ཉིད་སྤྲུལ་ཡིད་མཁའ་མཐའ་འགྲོ་ཚོགས་ལ་
རང་བྱུང་རང་བབས་ཆེན་པོར་འབྱུལ་བ་ནི་ཕྱི་འོག་མ།

ནང་ལྟར་ན། ཐབས་ཀྱི་རྩམ་བཟའ་བའི་རིགས་སྤྱར་ཐམས་ཅད་དང་།
ཤེས་པའི་ཀྱི་རྩམ་བཟའ་བའི་རིགས་སྤྱར་ཐམས་ཅད་དང་། གཉིས་མེད་ཀྱི་རྩམ་བཟའ་
བའི་རིགས་སྤྱར་ལ་མོགས་པ་མདོར་ན་འདོད་ཡོན་གྱི་ཡོངས་སྤྱི་ཅི་འབྱུང་ཐམས་ཅད་
མཆོད་པའི་ཡོངས་སྤྱི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ་ནི་ནང་གི་ཚོགས་།

གསང་བ་ལྟར་ན། རང་ལུས་པགས་པའི་ཚོགས་སྤྱོད་དུ་ཤུགས་ཀྱི་དབང་པོ་
དོན་སྤྲིད་དང་བཅས་པའི་ཐུང་པོ་འདི་ཉིད་ཡི་ཤེས་ཀྱི་བདུན་ཅིར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཏེ་
འབྱུལ་བ་ནི་གསང་བའི་ཚོགས་། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་དུ། རང་རིག་སྤྱོད་ལྟུང་
སྤྱོད་ལྟུང་བྱུང་བ་ཀྱུན་ཁྲུབ་ཡངས་པ་ཆེན་པོའི་ཚོགས་སྤྱོད་དུ་མེམས་ཡིད་ནམ་ཤེས་
དབང་ཚོགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་འགྲུ་བྱུང་བ་ཤེས་བཟའ་དན་གྱི་རྟོག་ཚོགས་བསམ་གྱིས་
མི་ཁྲུབ་པའི་རྣམ་ཐང་མཐའ་དག་རང་རིག་རང་ཤེས་རང་གྲོལ་གྱི་ཚོགས་སུ་བྱིན་གྱིས་
བསྐྱབས་ནས། གཤོད་མའི་གནས་ལུགས་ཀྱི་རང་དུ་དབྱུལ་བྱུང་འབྱུལ་བྱེད་དང་བྱུལ་
བ་ཉིད་དུ་ཡིན་ལུགས་རང་དོཤེས་པ་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ཡང་དག་དོན་གྱི་ཚོགས་མཆོད་དེ།
མདོར་ན་སྣང་སྤྲིད་ཕྱི་ནང་སྤྱོད་བཅུད་ཐམས་ཅད་ཚོགས་ཀྱི་རང་བཞིན་དུ་ལྟར་བ་

ཞིང་ལྷག་བསམ་ནྟེ་མ་པར་དག་པའི་སྒྲོ་ནས་འབྱུལ། ཚོགས་གྱི་ཡོ་བྱད་ཀྱང། འབྱོར་
 པའི་ཚོ་ན་འདོད་ཡོན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་དུ་སྒྱུར་རྟེ་ཅིག་ཐམས་ཅད་པངས་སེམས་ཞེན་
 ཚགས་བྲལ་བས་ཅི་ཡོད་ཚོགས་སྒྲུབ་ཤམས། མ་འབྱོར་པའི་ཚོ་ན་ལུ་ལའང་
 རུང་ཞིང། ལྷག་བསམ་གྱིས་ཀྱུན་ནས་བསྐྱངས་ཤིང་རྟེ་འཛིན་གྱི་ཁ་བསྐྱུར་ཤེས་ན་
 དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་ཚོགས་མཆོད་དུ་མ་སྒྱུར་པ་རྟེ་མ་ཡང་མེད་པས་ཅིར་སྤང་ཆོས་
 ཉིད་ནྟེ་མ་རོལ་ཆེན་པོའི་དང་དུ་སྤྱོད། རང་ཉིད་བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་གང་ལ་སྤྱོད་
 ཆོའང། དངོས་སྒྲུབ་ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོར་དམིགས་ཏེ་སྤང་ཁམས་སྤྱོད་མཆོད་ཐམས་
 ཅད་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཉིད་དུ་ལྟོན་གྱིས་སྒྲུབ་ཅིང། གནས་པ་རྩ་དང་གཡོ་
 བ་རྒྱུད། བཀོད་པ་བྱང་རྒྱུབ་སེམས་གྱི་སྤྱང་ལུགས་གནས་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ནི་གནས་
 དང་ཉི་བའི་གནས། ཞིང་དང་ཉི་བའི་ཞིང་ལ་སོགས་པར་ཡོ་ནས་རང་བྱུང་དུ་
 མཆིས་ཤིང། ཕྱི་རོལ་གྱི་ཡུལ་ཉི་ཤུ་རྩ་བཞི་མཐའ་དག་ནང་དུ་རྟོག་ཏེ་འཛིན་ལུས་གྱི་སྤྱོད་
 ལ་སོགས་པའི་གནས་དང། ཡུལ་དེད་ག་གི་དཔའ་བོ་རྟོག་ཏེ་འཛིན་ལུས་ལ་
 སོགས་ནྟེ་མ་པར་ཀྱང་ནང་དུ་རྩ་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་པའི་རྩ་རྒྱུད་ཐིག་ལའི་རྩལ་དུ་ལྟོན་སྒྲུབ་
 ཏེ་བཞུགས་པར་རྒྱུད་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་གཤམས་གསུངས་སྤྱིར། བྱང་དུ་རྟེ་འཛིན་ནྟེ་མ་
 འབྱོར་དང་ལྟན་པས་ཚོགས་གྱི་མཆོད་པ་ལན་གཅིག་བྲམ་ན་ཕྱི་རོལ་ཡུལ་ཆེན་ཉི་ཤུ་
 རྩ་བཞིའི་དཔའ་བོ་མཐའ་འགྲོའི་འདུ་བ་ཀྱུན་ལ་ཚོགས་གྱི་འཁོར་ལོ་དུས་གཅིག་ཏེ་
 བཞིས་པའི་བསོད་ནམས་ཐོབ་ཅིང། དེར་ཡང་མ་ཟད་ཐེག་མཆོག་རྟོགས་པ་ཆེན་

པོ་ལྟར་ན་ཅི་ལྟ་ལོད་ཁྱིམ་གྱི་ཤོད་ན་མངས་རྒྱལ་གི་བ་སྐལ་ཅུ་ཙུག། །ཤྲ་པ་དུང་ཁང་
གི་ནང་དུ་ཁྱོད་ཁྱེད་ཀྱི་འཕུང་ལྡ་བཅུ་ཙུ་བརྒྱད། ལམ་གྱི་བ་ཕུའི་དྲ་བ་ན་འཛིན་ལམ་ཁང་
འགྲོའི་ལྟ་ཆོག་ལ། གནས་དུག་ཕུའི་འཁོར་ལོ་དུ་བཅོམ་ལྡན་ཐུབ་པ་རིགས་དུག་ལ་
སྐབས་ཀྱི་ཁྱོད་ལྟ་ཆོག་ལ་ཐམས་ཅད་ལུས་གནས་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ཁོ་ན་ཡིན་
པ་དང་། གཞན་ཡང་བསྐྱེད་ཀྱི་ལུག་ཅེ་ཅེ་ན་ཡང་ལམ་ཁང་འགྲོ་བའི་ལུས་སྒྲིའི་ཕོ་བྲང་
ཡིན་པར་གསུངས་པས་ན། དེ་སྤྱིར་བཟའ་བཏུང་ཆོག་ལ་འཁོར་གྱི་རང་བཞིན་དུ་
འགྱུར་བའི་གནད་ནམས་ཤེས་པར་བྱ།

མདོར་བསྟུན། བཤམས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཆོག་ལ་འཁོར་བྲལ་ཡི་དམ་ལམ་འགྲོ་
ཆོས་སྐྱོད་མཆོད་ལུས་དང་བཅས་པ་ནམས་ལ་སྤྱིར་འབྱུང་། སྐྱེ་ལུས་སྤངས་པོའི་ཆོག་ལ་
འཁོར་ཏིང་འཛིན་གནད་དང་ལྡན་པས་སྤངས་མི་དུང་འདྲེ་ལ་སྐབས་མཆོད་སྐྱོབ་གྱི་ཡུལ་
དུ་གྱུར་པ་གོང་ལོག་པར་མ་ནམས་ལ་བྱེད་གཞུང་འབྱུང་། བཟའ་བཏུང་རྒྱུན་གྱི་ཆོག་ལ་
འཁོར་ལོག་འཆོ་དཀོར་སྤྱི་དང་མ་འདྲེས་པ་སྤངས་ལས་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ལ་
ཁྱད་པར་དུ་འབྱུང་། ཅིར་སྤངས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཆོག་ལ་འཁོར་རང་ཤར་རང་གོལ་གྱི་རང་
ནས་ཡིངས་འབྱུང་གཉིས་འཛིན་དང་བྲལ་ཞིང་དགག་སྐྱབ་བྱུང་དོར་ལས་འདས་པ་
རང་རིག་ཀ་དག་གི་རང་དུ་དོན་དམ་པར་འབྱུང་བ་ནི་ཆོག་ལ་གྱི་འཁོར་ལོ་ཡང་
དག་པོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཆོག་ལ་ཁྱིམ་ཆོད་པ་བཞིས་པའི་དགོས་ཆོད་དང་ཕན་ཡོན་ཇི་
སྟ་བུ་ཡོད་ཅི་ན། ཐེག་པའི་མཐར་ཐུག་རྫོགས་པ་རང་བྱུང་གི་རྒྱུད་ལས།

རྒྱུ་དཔེ་བར་ཆད་བསམ། བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་
 རྒྱུ་སྒྲིབ། མཚོག་དང་ཐུབ་མོང་གི་དངོས་སྒྲུབ་ཅིག་ཅེན་ཏུ་ཐོབ་པ་ལ་སོགས་པའི་ཐབ་
 ཡོན་གྱི་རྒྱུ་གྲངས་བརྗོད་ལས་འདས་པ་ཐོབ་ཅིང་། གསལ་སྒྲགས་སྤྱི་མཐུན་དོན་རྒྱུ་
 པའི་བྱུང་པར་གྱི་ཟབ་གནད་ཆ་རྒྱུ་འགྲོལ་ལག་ལེན་ཆད་ཏུ་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་རྒྱུ་ལྡན་
 ཏུ་བཅུན་པར་མཛད་འཇམ།

ཚོགས་ཀྱི་རྒྱུ་བཤད་མདོར་བསྒྲུབ་འདི། རབ་མཛེས་ཀྱུ་བུ་འོ་སོ་འཆང་བའི།
 རིག་སྒྲགས་འཛིན་པ་.....དཀར་པོ་བ་ཀྱུ་དགའ་བསྒྲུབ་འཛིན། དེས་བསྒྲུལ་དོར། བཀོད་འདིས་
 འགྲོལ་ཐབ་འབྲུབ་ཤོག། འདི་ལས་ཆེ་རྒྱས་པའི་ཚོགས་ཀྱི་འདུ་བ་བསྒྲགས་པ་དང་ཚོགས་འཁོར་
 གྱི་བྱ་བ་རིམ་བརྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་ཚུལ་དག་སྒྲོ་བར་ཁུ་མོད་ཀྱང་། དོང་སང་བསྒྲུལ་བ་
 སྒྲིགས་མའི་མཐའ་ལ་ཆེས་ཆེར་ཐུག་པའི་རང་ཚུལ་འདིས། དེ་ལྟ་བུའི་ཁུ་ལྡན་གྱི་གཙོ་བོར་ཚུལ་
 ལྡན་དཀོན་ཆོ་འདིར་བཤད་ཀྱང་དལ་བ་དོན་མེད་ལས་མི་འབྱུང་བས་རེ་ཞིག་འདི་ཙམ་གྱིས་ཚོག་པར་
 བསྐྱེད་སོ། །དགའོ། །དགའོ། །དགའོ། །

ཚོགས་མཆོད་ཉིན་ཏུ་བསྐྱུས་པ་

བཀྲུགས་སོ།



༥ གང་ཞིག་གསལ་སྒྲགས་ཀྱི་ཚོག་མོགས་དང་མ་འབྲེལ་བར་ཚོགས་མཆོད་མདོར་
བསྒྲུལ་བྱ་བར་འདོད་ན། ཚོགས་ཀྱི་དངོས་པོ་གང་ཡོད་ན་མས་བཤམས་ལ་ཆུ་གཙང་ཐོར་ནས།

ཨོྲཱེ་ཨུཾ་ཧྲུྃ།

སྒྲུབ་སྒྲིད་སྒྲོད་བརྩུང་བདག་ལུས་སྒྲུབ་པོ་ཁམས།།

སྒྲིམ་ཆེད་ཐམས་ཅད་ཡེ་ནས་ཚོས་ཀྱི་དབྱིངས།།

གསལ་སྒྲོད་ཟུང་འཇུག་རྒྱལ་བ་ཞི་བྲོ་ཡི།།

དཀྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོར་གདོད་ནས་ལྷོ་བྱུང་བའི།།

ཐུགས་རྗེའི་འོད་ཟེར་རྩི་ཡི་ཁྱིམ་གསུམ་འཕྲོས།།

ཚོགས་ཀྱི་དངོས་པོའི་འབགས་བཙོག་རྩི་མ་ཀློག།

བསྐྱེད་གཏོར་སྒྲུབས་བཀྲུས་དག་ཅིང་གཙང་བར་སྒྱུར།།

བདག་ཉིད་ལྷ་ཡི་གནས་གསུམ་འབྱུང་གསུམ་ལས།།

འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་ཚོགས་ཀྱི་ཡོ་བྱད་ནམས།།

དོ་བོ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཅི་ལ།།

ནམ་པ་གང་ལ་གང་འདོད་འོངས་སྒྲོད་རྗེས།།

འཛིག་རྟེན་ཁམས་ཀློག་ཡོངས་སུ་གང་བར་སྒྱུར།།

གཏམ་གྱི་ཕུང་ལྟ་ནི། ཚོགས་སྐྱབས་བཤམ་ཆུང་བཅས་ཏེ་གཏམ་སུམ་ལུ་ཁིང།

ཨོཾ་ཨཱུཾ་ཧཱུྃ།

ཚོགས་ཀྱི་ཕྱག་མའི་མཐོན་འགྲུལ་ཐམས་ཅད་ལ།

དག་བཞག་སྒྲུལ་བའི་ཤུལ་རུས་པ་སོགས།

རང་རང་ཅི་ལ་དོད་ཡོངས་སྒྲིབ་ཕྱེད་པ་ཡིས།

མཉེས་ཤིང་ཐིམ་ལས་ནམ་བཞི་བསྐྱབ་པར་མཛོད།

ལུ་ཅོ་རྟ་བའི་བྱ་ལྟ་ནི།

༥ དེས་ཚོགས་ནམས་དངོས་སྐབས་ཏུ་སྒྲུབ་ཁིང། ཏྲུང་ ཚོགས་ཀྱི་མཆོད་པ་རྒྱ་ཆེན་
 བོ་ལུ་བལ་བཏེན་ནས་བདག་སོགས་ཡོན་མཆོད་ལ་ཁོར་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་
 ཀྱི་ལག་ལ་རྒྱུན་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཁི་ཁིང། མཐུན་རྒྱུན་ཆོས་དང་མཐུན་པའི་དག་
 ལོགས་ཡོན་ཏེན་ཐམས་ཅད་ལ་ཕེལ་ཁིང་རྒྱས་པ་དང། རྩོགས་རུས་གནས་སྐབས་
 ཐམས་ཅད་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དར་བ་དང། མཐུན་ཕྱེད་པ་བདེ་སྦྱིད་ལ་བྱུང་
 བ་དང། བདག་སོགས་མཁའ་ཁྱབ་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟར་དུ་བྱ་བ་མཛོད་པ་
 ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་ལས་དང་པ་ཐོབ་པར་ལྟར་བའི་བཀྲ་
 ཤིས་དག་ལོགས་ཀྱི་ཆར་ཆེན་པོ་ཡོངས་སུ་ལབ་པར་སྒྱུར་ཅིག །ཚོགས་མཆོད་མཛོད་
 བསྐྱུ་ལའི་ནི། རང་གི་སྤངས་ཆོས་ཉིད་བཟང་མོས་བསྐྱུ་ལ་དོར་བྱིས་པ་དག།

སྤྲུལ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་རྫོགས་རིམ་ཟབ་མོ་

བདུད་རྒྱུ་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་དག་འདོན་

ཉམས་སྦྱང་བའི་རིམ་པ་

བཞུགས་སོ།།



༥ སྒྲུབ་སྒྲུབ་གནས་སྒྲུབ་ལ་མཆིས་པ་སྒྲུབ་ཡི་དཔལ་ལའང་འགྲོའི་ཆོག་སྒྲུབ་ལ་

གྲུབ་པས་ཕྱག་འཆའ་ཞིང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཆོའོ།

སྒྲུབ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ལམ་ཟབ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་དག་འདོན་དུ་
ཉམས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་རིམ་པ་མདོར་བསྒྲུབ་ཤིག་གི་བར་བྱ་སྟེ། དེ་ཡང་། ཕྱག་རྒྱུ་གས་མོག་སྒྲུབ་
ཀྱི་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་ནམས་བདར་ཤེས་དཔལ་འཇོག་ཀྱི་གཞི་ལ་བཞུགས་པའི་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་གྱི་བྱུང་དུ་ལྷན་ཐར་བཅད་ལ། བོགས་འདོན་དུ་འདི་ཉིད་ཉམས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པར་བྱ་སྟེ།
དུར་ཁྱོད་དང་ལུང་སྟོང་ལ་མོག་སྒྲུབ་གཞི་ཉིད་ནས་གསུངས་པའི་གནས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་
ཉིད་དུ་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཟེ་སྟོང་ནས། འཛིག་རྟེན་གྱི་བལ་མོག་སྒྲུབ་དང་མཐའ་དེས་པའི་
དང་ནས་འདི་ལྟར་ཉམས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པར་བྱའོ། །དེ་ལ་རྒྱུན་འགྲོ་དངོས་གཞི་རྒྱུ་གསུམ་ལས་
བཅད་ཉིད་བདུན་གྱིས་རྟེན་ཏེ།

དང་པོ་སྒྲུབ་མེད་གི་རྒྱུ་འགྲོ་གི།

ཡུལ་མཐའ་ལ་ཉམས་སྒྲུབ་པ་འགྲོ་བ་བསྒྲུབ་སྒྲུབ་དུ།

བདག་ཉམས་ལེན་མཆོག་ལ་འདུག་པར་བྱ།

ལུས་.....དཔལ་འགྲོར་རྟེན་དཀའ་བསམ་པ། དཔལ་འགྲོར་

ལུས་ཆོག་སྒྲུབ་ལེགས་ཐོབ་ཀྱང་།

ཆོ་མི་རྟེན་འཆི་.....མི་རྟེན་པ་བསམ་པ། བའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ།

སྒྲུལ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་དག་འདོན་ཉམས་སྒྲུབ་བྱེད་བའི་རིམ་པ།

གནས་གར་.....འཁོར་བའི་སྒྲུག་བསྐལ་བྱེད་པ། སྒྲིམ་
འཁོར་བའི་འབྲུལ་འཁོར་ཏེ།
དུས་དེ་ལྟ་ནས་ཏྲག་འཛིན་ཞེན་པ་སྤོངས། །ཕར་
ཟིལ་གཞོན་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ལྟ་འདྲེ་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་གི།
དེད་བདག་དང་ལམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ལ།
ལས་གཞོད་ཅིང་སྤང་བྱེད་གདུག་པ་ཅན།
ལྟ་འདྲེ་སྤྲོ་མི་མ་ཡིན་གྱི་རིགས།
ཀུན་སྒྲུལ་མེད་བྱང་ཚུབ་མ་འཕྲོབ་བར།
བདག་ས་ཕྱོགས་འདི་ནས་ཅི་ཕྱིར་འགྲོ།
ལུས་རབ་འབྲུམས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི།
སྒྲ་གཡོན་ནས་བྱང་ཚུབ་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད།
དབྱིབས་ལྟ་གས་རྒྱའི་ནམ་པས་བགེགས་ཀུན་བཀུག།
ཁྲིམ་ཆོགས་པ་ལྟ་བུ་བདག་བྱུང་འཁོད།
སྤྱི་སྤྱོད་འོག་ཕྱོགས་མཆོམས་ཐམས་ཅད་ནས།
སྒྲུབས་མཆོག་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲིན་ལྟར་གཏིབས།
འོད་མེ་དཔུང་འབར་བའི་གུར་གྱིས་སྤུབ།

གདོན་བཞག་མཚོག་མ་མངས་རྒྱལ་མ་ཐོབ་བར།

ཕྱི་འགྲོ་བའི་གོ་སྐབས་མེད་པར་གྱུར། །ཕར་

གཉིས་པ་གནས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ནི།

ལུས་རྒྱལ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ལྟར་གྲུབ་འདི།

དབྱིབས་གསེར་གྱི་མཚོད་རྟོག་རིམ་ཅམ།

འོད་སྟོང་གསུམ་གང་བས་ས་ཕྱོགས་ཀྱུན།

ཡོངས་བྱུང་བས་ཆིར་གྱིས་ཐོན་པར་གྱུར། །ཕར་

གསུམ་པ་བདག་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པ་ནི།

སེམས་ཡེ་སྟོང་སྒྲོས་བྲལ་ནམ་མཁའ་བཞིན།

དབྱིངས་གདོད་མའི་དང་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་།

འཕྲལ་ནམ་རྟོག་འབྲུལ་པའི་ཟང་ཟིང་ཀྱུན།

དོན་སྒོ་འདས་དང་དུ་བྱམ་གྱིས་སྒྲོད། །ཕར་

ལུས་བྱུང་སྟོང་ལམ་ནམ་པ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་སྟངས་སྒྲུབ་ས་བཅུ་ནི།

བདག་དོ་རྩེའི་ནལ་འབྱེར་བརྟལ་ཁྱགས་ཀྱིས།

གནས་ཕྱོགས་བཞི་མཚོམས་བརྒྱད་སྟོང་འོག་བཅུར།

སྒྲུབ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་རྩོམ་པ་མིའ་ཟབ་མོ་བདུད་རྒྱལ་རྒྱལ་ཁྲིམ་པ་འདོན་ཉམས་སྲུབ་བའི་མིའ་དང་།

གར་སྒྲངས་སྒྲབས་སྒྲོམ་གསལ་ལ་ཡིས།

གདོན་སྤྱོད་པ་མ་བཟུང་བཤེས་པ་མོ་གསལ་འདུལ་བར་བྱ།

ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ ସତ୍ତ୍ୱଂ

གཉིས་པ་རྣམས་སྒྲུབ་ཆོས་བདུན་ལ་གནས་པ་ནི།

ལུས་ནྟེ་འགྱུར་སྟངས་སྟངས་དེ་དག་གྲུབ།

ཕུལ་འགགས་མེད་པའི་སྐུ་འཁུལ་ཏེ།

སྒྲུབ་རྣམས་སྤངས་ཆོས་བདུན་ཉི་ཉེར་སྤངས་གྱི།

གནས་མི་འགྱུར་དེ་བོ་ལྟར་བརྟན་བྱ། །ཕུང་པོ་

གསུམ་པ་ལུས་ཀྱི་འདུ་ཤིས་བཤིག་པ་ནི།

དོན་གྲོ་འདས་སྒྱེ་མེད་མ་རྟོག་པ་ན།

ལུས་ཕྱི་ལ་བཅས་སྤྱོད་པ་ནྟེ་གཡེང་བྱ།

སེམས་འཛིན་པས་བཅིང་བ་ཡོངས་སྤངས་ནས།

ཉི་པ་དེ་བར་བསྐྱར་ཁིང་གང་དག་འཁོལ། །པུམ་མེད་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་། །

དག་བརྗོད་བྱའི་འདོན་ཁྲོམ་གསུམ་གྱི་དང་པོ་རྒྱལ་ས་སེམས་ཡན་ལག་བརྟན་པ་ནི།

འད་ཐ་མཁའ་བདུན་གྱི་བར་སྒྲུང་དུ།

གདམ་འཁོམ་པ་ལྟ་བུ་ལྟེན་པ་།

སྐྱབས་སྒྲོན་པའི་དཀོན་མཆོག་ནུམས།
 ཞལ་མངོན་སུམ་སྒྲིབ་ཕྱང་ལྟར་བཞུགས་སྐྱུར།
 བདག་ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བམ་ལུས་ཀྱུན།
 བྱིད་ཐུགས་རྩེས་ཀྱིས་བསྐྱབ་ཏུ་གསོལ།
 ལུས་དུམ་བུ་སྟོང་དུ་སྐྱུར་ཀྱང་སྤེལ།
 མ་འགྲོ་ཕན་ཅི་འགྲུབ་བདག་གིས་བསྒྲི།
 ཡིད་གུས་པས་ཕྱག་འཆའ་མཆོད་བསྒྲིལིང།
 ལས་རྩིག་སྒྲིབ་ཅི་མཆིས་སྟིང་ནས་བཞགས།
 མེམས་དང་བས་ཡི་རང་ཆོས་འཁོར་བསྐྱལ།
 ཡོངས་འཁོར་བམ་སྟོང་དེ་སྤིད་དུ།
 མཐོན་མུ་དན་མི་འདའ་འགྲོ་བ་སྐྱབས།
 ཚོགས་ནུམ་གཉིས་འགྲོལ་ཕན་ཕྱིར་བསྒྲི།
 སྐྱབས་དཀོན་མཆོག་མ་ལུས་གཅིག་འདུས་ནས།
 བདག་སྒྲིབ་པོར་ཐིམ་པས་དབྱེར་མེད་སྐྱུར། །ཕྱེ་
 གཉིས་པ་སྒྲུལ་པའི་རྣམས་འཕྱོར་དང་མཐུལ་གྱི་རིམ་པ་ནི།
 སྟོང་གྱི་གཙུག་མེད་ཁྱིམ་དང་ཟླའི་ཁབ།
 ཕ་དྲན་མཆོག་ཅུ་བའི་སྒྲུལ་ཉིད།

སྒྲུབ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚྭ་གསལ་འཛུགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡུལ་རྒྱུ་ཁྱེད་དག་འདོན་ཉལ་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་རིམ་པ།

སྒྲུབ་པའི་སྒྲོན་ཚྭ་གསལ་ཡི་རྒྱུ་བསྒྲུབ་སྒྲུབ།

འཁོར་བརྒྱུད་པའི་སྒྲུབ་སྒྲིབ་ལྟར་གཏིབ་སྒྲུབ།

འོད་གཟི་མདངས་འབར་བར་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

སྒྲིབ་པའི་ཚྭ་སྒྲོན་གསལ་མཐུལ་ལ།

ཡུལ་སྒྲིབ་བཞི་རིམ་ཚོམ་བྱེད་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

ནང་གདམས་ཁྱེད་པའི་བཞུགས་པའི་མཐུལ་ལ།

ལུས་སྒྲིབ་ནང་ཁྱེད་པའི་ཚོམ་བྱེད་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

གཞི་སྒྲོན་ཉིད་དབྱིངས་ཀྱི་མཐུལ་ལ།

རྒྱལ་འགག་མེད་པའི་ཚོམ་བྱེད་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

ཀློང་མཚོན་པའི་ལུས་སྒྲིབ་བཞི་རིམ་གྱི་བྱེད་སྒྲུབ།

མཚོ་གཙོ་འདིར་འབྱུང་པའི་དངོས་སྒྲུབ་སྒྲོལ། །ཕྱེད་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

ཐུགས་སྒྲིབ་མེད་ཚོམ་སྒྲིབ་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

གསུང་འགགས་མེད་པའི་སྒྲིབ་པའི་ཚོམ་བྱེད་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

སྒྲིབ་པའི་ལུས་སྒྲིབ་པའི་ཚོམ་བྱེད་བཞུགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

བདག་གསལ་བའི་འདུགས་པའི་ཐུགས་སྒྲིབ་གཟིགས་པའི་བྱེད་སྒྲུབ།

དོན་ཟབ་མོ་རྒྱལ་དགོངས་...དགོངས་བརྒྱད། གཅིག་བསྐྱུས་པའི།
གནད་དོམ་ཚར་བད་...བད་རྒྱུད། དང་ཐབས་ཀྱིས་བྲོལ།
ཚོག་གདམས་དག་སྟོན་བརྒྱད་...གང་ཟག་སྟོན་བརྒྱད། འགྲོལ་སྟོན།
བདག་གསོལ་བ་འདེབས་སོ་ཐུགས་ཆེས་གཟིགས།

ཀུན་གཅིག་བསྐྱུས་ཅུ་བའི་བྲོལ་མེ།
ཁྱེད་ཐུགས་ཆེ་ལུས་པའི་དབྱེད་བརྒྱུད་ལ།
བདག་དུག་ལཱ་འི་ནད་ཀྱིས་གཟིར་བའི་ཚོགས།
སྐྱབས་རེ་ས་ཁྱེད་ལས་གཞན་མ་མཆིས།
དཔལ་ཐུགས་ཆེས་གཟིགས་ཤིང་ཆེ་བཅུན་མགོན།

༥ ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པས་བྲོལ་མེས།
གནས་གསུམ་ལས་འོད་འཕྲོས་བདག་ལ་ཐིམ།
སྒོ་གསུམ་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲུངས་དབང་བཞི་ཐོབ།
མཐར་བྲོལ་འོད་ཁུ་རང་ལ་ཐིམ།

གསུམ་པ་ཡིག་བརྒྱུད་ནུལ་འབྱེད་ནི།
བདག་དོན་ཆེ་སེམས་དཔལ་ཞི་འཇུག་ཅན།
སྐྱུ་ནུལ་ལཱ་འི་ཁམས་གང་ཐུགས་ཀའི་དབྱུས།

སྒྲུབ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་ཟབ་མོ་བདུན་གྱི་གཙོ་དཔལ་རྒྱུ་ཁྱེད་དག་འདོན་ཉམས་སྒྲུབ་བའི་རིམ་པ།

རྩྱུ་དཀར་པོ་རིམ་ཙམ་གྱི་མཐར།

མ་འགོ་དྲུག་སྒྲུབ་སྤྱིད་ལྟ་འདྲི་ནམས།

ལུས་སྒྲོལ་བ་བྱེད་ཅིང་ཡིག་བརྒྱའི་རྒྱུན།

སྒྲི་སྒྲོལ་ཁམས་བྱེད་པ་བཟླས་པར་གྱུར།

ཨོ་བཟོ་སྤྲུལ་མ་ཡ་ སྐྱེས།

རྩྱུ་ དེ་ལས་འདོད་འཕྲོས་འགོ་སྒྲིབ་སྒྱུར་ས།

ཀུན་དོ་ཤེས་མས་དཔའི་སྒྲུར་གྱུར་ཅིང་།

མཐར་ཐམས་ཅད་རྩྱུ་ཡིག་ལ་ཐིམ་སྟེ།

རྩྱུ་ བདག་ལུས་དང་བཅས་མཁའ་ལ་ཡལ།

དབྱིངས་སྒྲོལ་ཉིད་དང་དུ་མ་ཉམ་པར་བཞག །ཕེའ་

འདི་ཡན་ཆད་སྒྲོལ་འགོ་འཛིན་པའོ། །དེ་ནས་དངོས་གཞི་ལ་ཡང་དགུ་ལས་དང་པོ་གཞན་ལ་བོར་

བ་ནམ་པ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་བདག་ཉིད་གཞན་ལ་བོར་བཞི།

བདག་འཛིན་པས་བཅིངས་པའི་ལུས་དག་ཡིད།

ཆོ་ཐོག་མེད་དུས་ནས་བག་ཆགས་ལྷུགས།

སྒོ་འཁྱུལ་རྟོག་ཆགས་སྒྲུབ་དང་འཛིན་ཅན།

ཀུན་སྒྲིང་པོ་མེད་པར་ཁོ་ཐག་ཆོད། །ཕེའ་

གཉིས་པ་ལྟ་འདྲི་གནད་ལ་བོར་བ་ནི།
 སྤྱི་པ་བྱེད་ལྟ་དང་གཞོན་བྱེད་འདྲི།
 འདི་མི་ལམ་ནང་གི་དག་གཉིས་ལྟར།
 ཡིད་འཁྱུལ་པ་འི་རང་མདངས་ཤར་བ་ལས།
 གཞུག་སྤྱད་ན་མེད་པར་ཁོ་ཐག་ཆོད། །ཕུར་

གསུམ་པ་གཉིས་མེད་དུ་གནད་ལ་བོར་བ་ནི།
 ཡོངས་བདག་དང་གཞུག་དུ་གཉིས་སྒྲུབ་བ།
 མིག་རབ་རིབ་ཅན་གྱི་འཁྱུལ་སྒྲུབ་བཞིན།
 དོན་རང་དོན་ཤེས་ན་གཉིས་སུ་མེད།
 དེ་སྒྲིབ་པ་འདྲི་བ་ཕྱད་ནས་ཆོད། །ཕུར་

ཚོགས་བསམ་གསུམ་པ་རྒྱལ་པ་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཡུལ་གོང་མལ་མཆོད་པ་འཁྱུལ་བ་ནི།

ལུས་སྤྱི་དང་མེད་པ་འི་གཞུགས་ལུང་འདི།
 མཐར་མི་རྟག་འདོར་བའི་ཆོས་ཅན་དེ།
 དུས་དྲུག་བཏང་ན་དོན་ཆེན་འབྱུང་།
 བདག་དེ་སྤྱིར་སྒྲུབ་ལུས་མཆོད་སྤྱིན་བྱ། །ཕུར་

མེས་པ་རིག་པ་འི་སྤྱི་དང་པོ་འདྲི་གོང་ལྟུང་།
 སྒྲིབ་པ་སྤྱི་བཞུག་ནས་ཐོག་ཆོས་དབྱིངས་བྱུང་།

བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་དག་འདོན་ཉལ་སྤྱད་བའི་རིམ་པ།

ལུས་ཙུ་ཁམས་རྒྱལ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ།
གནས་ཟག་མེད་རང་བཞིན་དབྱིངས་སྤྱ་ག་ཤེགས།
འཕྲལ་འབྱུང་འདུས་གདོས་བཅས་ཐུང་བོའདི།
ཀླུ་རེ་སྒྲོང་ཡིད་བཞིན་གཏེར་མཚུངས་གྱུར། །པཎཾ།
དབྱིངས་སྒྲོང་ཉིད་རོལ་བའི་ཆོའ་ཐུལ་ལས།
རིལྱུ་པོ་ཙམ་གྱི་ཐོད་སྦྱོད་སྒྲོང་།
བདག་སྒྲུ་མའི་ལུས་ཀྱི་ཐོད་པ་དེ།
སྦྱོར་སྒྲོང་གསུམ་ཙམ་གྱུར་བཅུགས་བའི་ནང་།

ལུས་གཟུགས་ཐུང་སིལ་མར་གཏུབས་པས་བཀའ་།
བཅུད་ཀྱི་བདུད་ཚིག་གྱུར་བའི།
སྒྲོང་ཟླ་གདོད་དཔའ་བོའ་བྱུ་.... ཨོྲཱི་ཧྲླུ་ལྷ་མཚན།
འོག་ཡེ་ཤེས་སྤྱད་གཡེས་མེས་སྤྱར་བས།

རྗེས་ཁོལ་བའི་རྒྱངས་པ་འབྱུལ་ར་ཤོག།
འོག་སྤྱོགས་བཅུར་འཕྱོས་པས་ཞིང་ཀླུ་ནས།
དོན་ཡེ་ཤེས་བདུད་ཚིག་ཆར་པ་བས།
རྗེས་ཀླུ་རྗེས་བདུད་ཚིག་དབྱིར་མེད་འདེས།

སྟོང་བླ་བ་ཡིག་འབྲུང་བཅས་པ་ལྟ།
 བཅུད་ཟག་མེད་བདུད་རྩིར་རོག་ཅིག་གྱུར། །ཕྱེས་
 དཔལ་དུས་གསུམ་རྒྱལ་བ་སྤྲུལ་བཅས་དང་།
 མཐོན་བྲམ་ཡི་དམ་དཀྱིལ་འཁོར་ལྟ།
 མ་ལ་ཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྒྲིང་སྒྲིང་མའི་ཆོག་ས།
 དབྱིངས་ནམ་མཁའ་གང་བར་བྱོན་བཞུགས་ནས།
 ལྷགས་འོད་ཟེར་སྒྱུ་གུའི་ཚུལ་ཅན་གྱིས།
 ལུས་བདུད་རྩིར་ཁུ་བ་རབ་གསོལ་ཞིང་།
 ཐུགས་དགྱིས་པའི་བྱིན་རླབས་གནས་གསུམ་ནས།
 འོད་འབྲུ་གསུམ་དང་བཅས་འཕྲོས་པ་ཡིས།
 བདག་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་ཕོག།
 ལས་ཉོན་མོངས་སྒྲིབ་བྱང་སྒྲུ་གསུམ་གྱི།
 མཆོག་ཐུན་མོང་དངོས་སྒྱུབ་ཀྱི་ཐོབ་གྱུར། །ཕྱེས་
 གཉིས་པ་ཡུལ་འོག་མལ་སྒྲིབ་པ་བཏང་བཞི།
 སྤར་མི་ཟད་གཟུགས་ཀྱི་མུང་པོ་གླི།
 གནས་སྟོང་གསུམ་གང་བ་མཆོས་པ་ལ།

སྒྲུབ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚོགས་རིམ་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེར་དག་འདོན་ཉམས་སྒྲུབ་བའི་རིམ་པ།

ཙཱི་ཙཱུལྟ་རྩྱུང་བྱུང་སྒྲུབ་གསལ་པམ།

འོད་ལྷེ་མ་གྲིས་བདུད་ཅིར་ཁུ་བ་ལས།

ཟས་བཏུང་བ་གོས་རྒྱུན་ཁང་བྱིམ་ཤོར།

སྒྲུབ་པ་ལ་ཅི་འདོད་འོངས་སྒྲིད་ཚོགས།

རྒྱུན་ལ་མ་ཁའི་ཁམས་ཀྱུན་ཡོངས་གང་ཁིང།

རྒྱུན་འཁོར་བ་མ་སྒྲིད་དེ་སྤྲིད་དུ།

གང་ཅི་འདོད་སྒྲིད་ཀྱང་ཟེད་མེད་སྒྲུབ། །ཕུར་

ཚོ་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་དཔར་དུ།

དྲིན་འཁོར་མེད་རིགས་དུག་པ་མའི་ཚོགས།

བདག་དྲིན་ལན་གཞལ་ཕྱིར་སྒྲུབ་མའི་ལུས།

གང་ཅི་འདོད་དངོས་པོར་བྱིན་བརྒྱབས་ནས།

མེས་ཉེ་རིང་མེད་པར་ཚོགས་སྒྲུབ་སྒྲོ།

ཀྱུན་རིམ་འདོད་པ་འོངས་སྒྲིད་ནས།

ལམ་སྒྲུབ་མེད་བྱུང་རྒྱུ་མཛད་ནསྒྲུབ་ཤོག །ཕུར་

གསུམ་པ་ཡུལ་བར་མལ་མཚོན་དུ་བཀྱེ་བ་ནི།
 དོན་ཡི་སྟོང་ཅུ་བྲལ་ངང་ཉིད་ལས།
 ཅུལ་ཀུན་རྟོག་འབྱུང་པའི་རང་ག་བྱག་ས་འབྱུང་།
 མིང་ལྟ་འདྲར་བཀྱག་ས་པའི་རྣམ་འབྱུང་ཆོག་ས།
 ག་བྱག་ས་མ་དེས་སྒྲོལ་གསལ་ལ་མ་བྱུང་།

 དབྱིབས་ཁ་དོག་ཆ་ལུགས་དུ་མར་ལྟོ།
 ལས་གཞན་ལ་འཆོ་བའི་གདུག་སེམས་ཅན།
 མཐོ་སྤྱི་དུ་འཁྱུག་ས་དུ་མལ་ཁམས་བར།
 བྱིད་མི་མིན་ཤ་བྱུང་བའི་རིགས།
 ཀུན་ལུང་ཅམ་ཞིག་གིས་འདྲིའདྲུག་ཤིག །ཕྱེ་

 བྱིད་སྒྲོལ་གསལ་ཆོ་འབྱུང་དུ་མ་ཡིས།
 བདག་ག་སོད་ག་ཅོད་བདེག་བདུང་ཅིར་བསྒྲུབ་ཀྱང་།
 སེམས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་ཇི་ཉིད་བྱེད།
 ལུས་མི་ག་ཅང་དུ་མའི་སྒྲུང་བོ་འདྲི།

 བྱིད་འདོད་ན་ཅི་ཕྱིར་བདག་མི་སྒྲིབ།
 འབྲལ་འཆོ་སྒྲིང་དཀའ་ལ་ག་ཤོད་འཆོ་མང།

བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚྭ་གསེང་ལོ་བདུན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡུལ་རྒྱལ་བྱེད་དག་འདོན་ཉམས་སྦྱང་བའི་རིམ་པ།

ཐུགས་སྦྱང་པོ་མེད་པའི་གཟུགས་སྤང་འདི།

དུས་དུས་སྦྱིབ་པའི་ཡོ་བྱད་དུ།

སྤྱར་བུས་པ་བྱིད་ན་མས་རིན་རེ་ཆེ།

མགོ་ཡན་ལག་ཁོག་སྟོད་ཁོག་སྤྱད་དང་།

ཁྲག་ཤུགས་དོན་སྦྱང་བྱེད་པའི་མུ།

སྒྲ་མེན་མོ་བ་སྤྱི་མཐར་ཐུག་བར།

མགོན་ལྟ་འདེམ་ཆོག་སེལ་གང་འདོད་སྦྱིབ།

སྤྱི་ལྟར་དབྱེས་པ་ཡོངས་སྤྱད་ནས།

ཡིད་ཆོམས་པས་གཞན་ལ་གཞོན་སྤྱོད་ཞིང་།

ཀླུ་སངས་རྒྱལ་སེལ་ལྟར་འཁོད་ཤོག །ཕྱེད་མཆོག་།

དོན་ཤིང་ཐོག་ཆོད་པས། འཁོར་གསུམ་ཡོངས་དག་གི། གསུམ་གྱི་དང་པོ་རང་དོར་དགུ་ཤེས་པར་བྱ་བ་གི།

བདག་སྦྱིབ་པར་བྱེད་པའི་མཁུ་བོ་དང་།

ཡུལ་གོང་ཤོག་བར་གསུམ་མགོན་གྱི་རིགས།

རྩ་སྦྱིབ་སྤྱི་སྤྱོད་པོར་བཅས་པ་ཀླུ།

དོན་མཐར་ཐུག་ཆོས་སྤྱར་རོག་ཅིག་ཅིང་། །ཕྱེད་མཆོག་།

རང་རིག་པ་བྱང་ཚུབ་མེམས་ཉིད་ལ།
 དབྱིབས་ཁ་དོག་དངོས་པོའི་ཡུལ་བྲལ་ཞིང་།
 གསལ་རིག་པ་འགགས་མེད་སྟོང་མཐའ་བྲལ་།
 འདི་མངས་རྒྱས་ཉིད་དུ་བློ་ཐག་ཆོད་། །ཕེའ་མོ་།

གཉིས་པ་ཡུལ་སྒྲུབ་རང་རྩལ་དུ་ཤེས་པ་ནི།
 ཕྱི་གཟུང་བའི་ཡུལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ཚོགས་ཀྱང་།
 བྱང་འཛིན་པས་བཅོས་ཤིང་བཏགས་པ་ལས།
 དོན་བདེན་པས་སྒྲུབ་པ་ལོགས་ན་མེད་།
 མེམས་གཅིག་དུའི་རྩལ་དུ་བློ་ཐག་ཆོད་། །ཕེའ་མོ་།

གསུམ་པ་འཁོར་འདས་ཀྱི་ཚོས་དེ་དེ་བཀའ་ཤེས་རབ་མར་ཕྱིན་འདིར་འདུས་པའི་རྩལ་ནི།
 ཚོག་ཚོས་སྒྲོ་བརྒྱུད་ཁྱི་བཞི་སྟོང་ཡང་།
 དོན་ཤེས་རབ་མར་ཕྱིན་རྟོགས་པའི་ཐབས།
 གཞུང་ལ་བ་རང་རིག་སྟོང་པ་ཉིད་།
 གཞུང་ལ་བ་རྩལ་དུ་བློ་ཐག་ཆོད་། །ཕེའ་མོ་།

དེ་ཡན་ཆད་རྣམས་དངོས་གཞིའི་རིམ་པའོ། །རིམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཡང་དགུ་ལས། དང་པོ་བསྒྲུབ་
 རྩལ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་ལུས་ཞེན་མེད་དུ་བསྒྲུབ་རྩལ་ནི།
 ལུས་སྒྲུ་མ་ལྟ་དུའི་ཁང་རུལ་འདི།
 འབྲལ་གཅིས་སྒྲུས་དུ་མས་བསྒྲུངས་ན་ཡང་།

གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་པའི་སྒྲོམ་པ་དང་ཞེན་འབྲིས་ཐམས་ཅད་བཞག་ཚུལ་ནི།

ནང་བླ་མེད་བྱང་ཚུབ་བསྐྱབ་འདོད་ཀྱང་།

ཡིད་རེ་དོགས་གཟེབ་ལས་མ་སྒོལ་ན།

ཚོས་ལམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཐབས་བྲལ་སྟེ།

མེས་མཁེན་འབྲིས་མེད་པར་ལྟོད་ཀྱིས་ཞོགས། །ཕུཌ་

གསུམ་པ་འཛིག་རྟོག་ལས་འདས་པའི་སྟོང་པ་ནམས་ཀྱང་མངོན་ཞེན་བྲལ་བར་བཞག་ཚུལ་ནི།

ཡོངས་འཛིག་རྟོག་འདས་པའི་སྟོང་པ་ཡང་།

སྟོང་ཡིར་འཛིན་དང་མ་བྲལ་ན།

དོན་ཚོས་ཉིད་རྟོག་པ་མི་སྟོང་བས།

ཚུལ་ཅིར་སྒྲུབ་དང་སྒོལ་དང་དུ་ཞོག། །ཕུཌ་

ཁྱེད་སོགས་སྐྱེད་དང་པོ་དང་པས་ཅུ་བ་གསུམ་མི་ལམ་དུ་ཁྱེད་བཞི།

གཞི་རང་མེས་མཁེན་སྐྱེད་རྟོགས་སྐྱུར་ཀྱང་།

ལྟ་བུ་མའི་མོས་གུས་མི་སྤང་ཞིང་།

དེ་མེས་འཛིག་ཅན་དུ་མ་ཡིན་པར།

ཡིད་གུས་པས་འབྲལ་མེད་ལམ་དུ་ཁྱེད། །ཕུཌ་

བླ་མ་དགོངས་འདུས་ཀྱི་ཚེ་གསེལ་མེད་པ་དུང་གི་གཙོད་ཡུལ་རྒྱུན་ཁྱེད་དག་འདོན་ཉམས་སྲུང་བའི་རིམ་པ།

གཉིས་པ་བྱམས་དང་སྟོང་ཐེས་རིགས་དུག་ལམ་དུ་ཁྱེད་བཞི།

དོན་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་དབང་ཐོབ་ཀྱང་།

ལས་རྒྱུ་འབྲས་བཟའ་ཡོད་དང་ལྷན་ཞིང་།

མ་ཁམས་གསུམ་འགྲོལ་ཅི་པའ་སྟོས་།

བྱམས་སྟོང་ཐེས་བྱང་མེས་ལམ་དུ་ཁྱེད། །ཕུར་

གསུམ་པ་ཐོམ་གཉིས་འཛིན་བྲལ་བས་ལྟ་འདྲེ་ལམ་དུ་ཁྱེད་བཞི།

མེས་པ་གཉིས་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་མཆོད་རིག་ཀྱང་།

སྤྱི་ལྟ་འདྲེ་སྤང་ཚུལ་ཁྱེད་མེད་པར་།

དོན་གཉིས་སྲུང་འཛིན་པ་དང་བྲལ་བས་།

ཀྱུ་ཚེས་དབྱིངས་དོ་བོར་ལམ་དུ་ཁྱེད། །ཕུར་

མཐར་བཞུགས་པ།

དོན་འདི་ལྟར་མཁྱོག་ས་འགྲོ་ཀྱུ་ཀྱང་།

གཞན་མ་ཐོར་མ་ཐོན་གྱུར་སངས་རྒྱལ་ཞིང་།

དབུ་བྱ་བྱ་བྱ་བྱ་ལའག་སོགས་།

དབྱིངས་སྤྱི་བཞེད་པའི་གྲོང་དུ་ཕུར་

དེ་ལྟར་བླ་མ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ཟབ་མོ་བདུང་གི་གཙོད་ཡུལ་གཉིས་འཛིན་མ་ཐོན་ཞེན་འཁྲི་བ་

གཙོད་པའི་གདམས་པ་འདི་ཉིད་བྲིད་གཞུང་ནས་ཇི་ལྟར་གསུངས་པ་ལྟར་དག་འདོན་དུ་བསྒྲིལ་པ་ཞིག་དགོས་

ཞེས་དང་ལྷན་མང་པོས་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་ནས་། གཏེར་གཤུང་གི་དོན་མེད་ཚོག་སྐྱམ་ཆེ་བ་ནམས་སྒོ་དམག་
བདག་འདུས་དགོངས་པ་ལོན་པའི་ནམས་པམ་མཆིས་པ་དང་། རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལ་མཐོང་དུ་འགྱུར་དོགས་
ནས་། རྒྱལ་བ་པོ་ནམས་ཀྱི་གསུང་མི་བཅོག་ཕྱིར། རིའཛིན་ཆེན་པོ་དཔྱེད་ཐོད་ཐོད་ཉིད་ལ་གསོལ་བ་བཀྲ་བ་
ནས་བསྟོད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་ཉིད་ཀྱི་གཅོད་ཁྲིད་ཚུལ་བཞིན་མཐོབ་པ་ནམས་ཀྱིས་ནི་འདི་ཉིད་གཅིག་ལུ་
ཚོག་ཁྲིམ་དུ་བྱ་བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་རིག་པར་བྱའོ།།

འདིས་ཀྱང་གསང་སྤྲུགས་དོན་ཐོག་པའི་བསྟན་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་དང་ཁྲིད་རྒྱལ་བའི་
མཐུན་ཀྱིན་དུ་གྱུར་ཅིག །བཀའ་ཞིས་སྦྱོལ།།



གཙོད་ཡུལ་བདུད་ཅི་ཀླན་ཁབ་གྱི་

དག་འདོན་བཞུགས་སོ།།



ॐ स्वस्ति

འདུལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་ཅན་ཅེ།

མདས་རྒྱལ་གྱི་བྱེད་བདག་སྤྲ་མ་མཆོག།

བྱིན་རྒྱལ་སྐྱེ་གྱི་གཟི་བརྗིད་ལམ་སེལ་ལམ།

གསེལ་འདེབས་ཀྱི་བུ་ལ་བྱིན་གྱིས་སློབས། །ཕྱེད་ཀྱི་ལྷ་མོ་ལྟ་བུ་ལྟོག་པར་བྱེད་པའོ། །

འད་རིག་འདི་བླ་མའི་བྱུག་སྐུ་ཀར་བསྟེན་པས།

ཆོས་དབྱིངས་ལུ་བཟོད་ནས་རོ་གཅིག་པའི།

སྒྲུབ་ཡང་འོད་ལྷུ་མ་གྱིས་ལྷུ་༥༥

བདག་ལྟས་དང་གཉིས་མེད་བརྟན་ཅི་འབྱིལ། །ཕྱུག་

ལུས་ཁུ་བས་བདུད་རྩི་རྒྱ་མཚོ་ལས།

འོད་ལྷངས་པ་ལྟ་བུའི་མཆོད་པའི་སྒྲིབ།

ཞིང་ཀུན་ཁྱབ་དབང་འབྱུངས་སྐྱུལ་བ་མཆོད།

བྱིན་རྒྱལ་པ་དང་དངོས་གྲུབ་ཆ་རྙེད་པ་བས། །ཕུ་ཅེ་

སྟོང་གསུམ་ཀུན་གང་ཁིང་འབྲིལ་བ་ཡི།
 ཅི་འདོད་བཞིན་ལྟོན་གྱི་བདུད་རྩི་འདི།
 ཁམས་གསུམ་གྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།
 སེམས་རྒྱལ་དང་ཉེ་རིང་མེད་པར་སྦྱིན། །ཕུཅ་

སྦྱིན་ཡུལ་དང་སྦྱིན་མ་ཁམས་སྦྱིན་བྱ་ཀུན།
 རང་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པའི་སྒྱུ་འབྲུལ་ལས།
 ཏཱ་ལ་ཐམས་ཀྱི་ཞེན་འཛིན་སྒྲོས་པས་དབེན།
 གང་ཤར་ཀུན་ཚེས་སྒྲུབ་སྒོའི་ལོ།

མཆོག་དམན་གྱི་མཚོན་དང་དག་གཉིན་དང་།
 སེན་བྱེད་གྱི་ལྟ་དང་གཞོན་བྱེད་འདི།
 ཐ་སྙད་གྱི་མིང་འཛིན་རྣམ་རྟོག་གི།
 བདེན་ཞེན་ཀུན་གཏད་མེད་དུ་ལ་ལ་ལ།

ཅིར་སྣང་ཀུན་རང་སེམས་ཐག་ཆོད་པས།
 འཕྲུལ་འཛིན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གང་དུ་སོང་།
 འཛིན་སྒྲུབ་གི་ཡུལ་སེམས་ཀྱི་དངོས་པོ་རྣམས།
 རང་རིག་གི་གྲོང་སྒོའི་དུ་ཞིག་སེམས་ཞིག་གི།

སྒྲུབ་གྲགས་ཀྱི་རྒྱུ་བའི་ཁྱེད་ལས་ཉིད།

ཚོགས་དྲུག་ཀྱི་རྒྱུ་ཚོས་ཉིད་ཀྱི་རོལ་བ་ལ།

དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་མཆོའི་མ་ཡེ་ནས་བྲལ།

སྒྲོམ་དཔེ་ཀྱི་ཚོས་སྒྲུབ་ཨེ་མ་ཏེ། །པའེ།

བྲམ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་གཙོད་ཡུལ་ཆེན་མོའི་ངང་ནས། སྒྲུབ་མཆོག་གི་བདུད་རྩི་ཀྱི་
བྲམ་ཐམས་ལའི་ཐོག་པ་ཁེས་བྱ་བའི་ཉམས་ལེན་རྒྱུ་བྱེད་དག་འདོན་འདི་ཉིད་འདྲེན་བཟང་ཆོས་ཀྱི་དབང་པོས་
བསྒྲུལ་དོ། རྒྱུ་བྱེད་ཀྱི་གནས་སུ་བྲམ་པ་མཛད་ལ། བཀྲ་ཤིས། །



དགོངས་འདུས་ཀྱི་སྒྲུ་ལུས་མཆོད་སྤྱོད་

བཀུགས་སོ།།



དེ་ཤིང་འདྲེས་པའི་ཉིང་།
 སྒྲུབ་པའི་ཐུགས་ཀ་རའའི་ཉིང་།
 སྒྲུབ་པའི་ཐུགས་པའི་ཉིང་།
 འདྲེས་པའི་ཐུགས་པའི་ཉིང་།
 འདྲེས་པའི་ཐུགས་པའི་ཉིང་།

དེ་ནས་འོང་གི་རྒྱུ་ལ།
ཡར་འབྲོམ་རྒྱལ་བ་ཀླུ་ལ།
མཆོད་པའི་རྒྱིབ་གྲིས་མཆོད་ཅིང་།
ལྷག་པ་ཇི་བྱིན་ཐབས་ཚུར་བསྟུལ།
བདུད་ཅིང་ཁྱེ་རྒྱུ་མཆོར་ཕྱི་པས།
མི་ཟད་གཏིར་དུ་སྦྱར་ཅིས། །ཕའུ་

སྤྲིད་པའི་ཕྱི་མོ་མ་བློ་ཆད།
 བ་ར་ག་ད་ལྷུ་ལ་ཁམས་ལ་བ་སྤྱི།
 སྤྲིད་སྤྱི་འགྲོ་ལྷུ་བ་ལ།
 ཅི་འདོད་ཆར་ལྷུ་འཕལ་པས།
 ཕམ་རྒྱལ་འཕལ་ཕྱིད་མེད་པར།
 གང་ལ་ཅི་འདོད་སྤྱུར་ཅིང་།
 ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བ་ཕམས་ཅད།

སྒྲུབ་བསྐུལ་ཀྱུན་དང་བྲལ་ནས།
སངས་རྒྱལ་ཐོབ་པར་སྒྱུར་ཅིག། །ཕུར་ཅིག་།

བསྐྱེད་བྱུང་བསྐྱེད་ཀྱུན་ཀྱང་།
ཚོས་དབྱིངས་སྒྲིང་དུ་གཅིག་པས།
ཐམས་ཅད་མཉམ་ཉིད་དང་དུ།
སྒྲོེས་བྲལ་རང་ཅིག་ཉིད་དོ། །ཕུར་ཅིག་།

༥ རྒྱལ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་ཟབ་མོ་བདུད་ཀྱི་གཙོད་ཡུལ་གྱི་ནང་ནས། སྒྲུབ་ལས་མཚོད་སྒྲིབ་
བདུད་ཅི་ཀྱུན་བྲལ་འདི་ཉིད་ལ་དག་གི་བརྟེན་བྲལ་མཉམ་པར་དམིགས་པ་ཁོ་ན་ཉམས་སྒྲུབ་བར་གསུངས་
ནའང་། དམིགས་པའི་གསལ་འདེབས་ལ་ཕན་པའི་བརྟེན་བྲལ་ཉམས་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་
སྒྲུབ་བའོ་བྱུང་བ་དང་། ཉམས་ལེན་གྱི་གོ་གསུམ་སྒྲུབ་པར་ཉམས་པ་འདི་ཙམ་ཞིག་དག་ཏུ་བརྟེན་པ་ལ་འགལ་བ་རང་
མི་ཡོད་ངམ་བསམ་མ་སྟེ། གནས་ཆེན་ཆུ་བོ་གཡས་འགྲིལ་གྱི་དུར་ཁྲིད་དུ་བཀོད་པའོ། །དགེའོ། །



གཙོད་ཡུལ་ཤེས་རབ་རལ་གྱི་

ཉམས་ལེན་སྒྲིང་བོར་རྒྱུ་བ་

བཞུགས་སོ།

༥ མཚུངས་པ་མེད་པའི་སྐྱབས་མཆོག་དྲི་བ་ཅན་གྱི་མའི་
ཞབས་ལ་གུས་པས་བྱག་འཚལ་ཞིང་
སྐྱབས་སུ་མཆོའོ།

དེ་ག་འཛིན་ཆེན་པོ་བསྟན་གཉིས་སྤྱིང་པའི་གཏེར་མ་གཙོང་ཡུལ་
ཤེས་རབ་རལ་གྱི་རྒྱུན་སྤྱིར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་འདོད་པའི་གང་ཟག་གིས།
གཞུང་འདི་ཉིད་ནས་གསུངས་པའི་གཉན་སའམ། རང་གི་མལ་ས་ཉིད་
དུ་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་ཟེ་སྤྱོད་པའི་རང་ནས་འདི་རྟ་མཆོག་དོན་མཐུན་པ་
ཉམས་སུ་བྱང་བར་བྱའོ།

ཕའེ་

མ་མཁའ་མཉམ་འགྲོ་ཀླན་བསྐྱལ་བྱའི་བྱིར།

བདག་ལམ་ཟབ་ཉམས་ལེན་འབད་པར་བྱ།

སྤྱིང་སྤྱི་གཙུག་པད་ཟེ་འི་གང་ན་ཉིད་ལ།

སྐྱབས་མཚུངས་མེད་སྒྲ་མ་དོ་རྗེ་འཆང་།

དོན་རྒྱལ་བ་ཀླན་འདུས་བཞུགས་པ་ལ།

བདག་ལུས་སྤྱོག་ལོངས་སྤྱོད་སྤྱང་སྤྱིང་ཀླན།

དུས་རྒྱུ་ཏུ་མཆོད་འབུལ་ཐུག་མཛེས་བཞེས།

སྤྲིག་ཉེས་ཀྱུ་དག་ཅིང་དབང་བཞི་ཐོབ།

དཔེ་མཆོད་བྱེད་སྒྲ་མ་བསྒྲེལ་པའི་མཐུས།

དོན་མཆོད་བྱེད་སྒྲ་མ་མཆོག་འབྲུབ་ཤོག། །ཕ་ཁྱེ་

བདག་རིག་པའི་དོན་པག་མའི་སྒྲ།

ཅུ་དབུ་མའི་ལམ་བརྒྱུད་ཆོད་ས་བྲུག་འཕྱོམ།

ལུས་འདོད་ཡོན་ཐུང་པོ་རི་རབ་ཅམ།

ཡུལ་སྤྱོད་གསུམ་གང་བའི་དོན་པག་ཐུར། །ཕ་ཁྱེ་

ཡིད་རང་བྱུང་པག་མའི་རྒྱུ་འབྲུལ་གྱིས།

ལུས་པག་པ་བ་ཤུས་ནས་ས་སྤྱོད་བྲུབ།

གཟུགས་སེལ་བྱུང་གཏུ་བས་པས་འཛིག་རྟེན་ཁེངས།

མཐོན་མཆོག་དམའ་མཐའ་དག་འདུས་པར་གྱུར། །ཕ་ཁྱེ་

བདག་གཅེས་སྒྲུལ་བྲུས་པའི་སྒྲུ་ལུས་འདི།

དེད་མཆོད་སྒྲུབ་དངོས་པོར་གྱུར་པ་ལེགས།

མཐོན་མཆོག་གང་ལ་ཅི་འདོད་པའི།

རྒྱུ་མཆོད་པོར་སྤྱོད་ཆོམས་པར་གྱུར། །ཕ་ཁྱེ་

སེམས་འབྲུལ་རྟེན་བག་ཆགས་ལུ་གྲུ་བྱུང།

ང་བདག་གི་འཛིན་པའི་ཞེན་པ་ཅན།

སྤྱོད་རང་ལས་གཞན་པའི་ལྷ་འདྲེ་ཞེས།

ཕན་གཞོན་པར་གཟུང་རྒྱུ་གང་དུ་རྟེན།

སྤྱོད་དག་པ་རབ་འབྱམས་རྒྱལ་བའི་ཞིང་།

བཅུད་འཕྲོ་བ་རིག་སྤྱད་གསུམ་མའི་འབྲུལ།

དོན་ཐམས་ཅད་ཆོས་སྒྲིབ་རིག་སྤྱོད་རྩལ།

འཛིག་ས་པ་དང་སྤྱི་གང་ལ་བྱེད།

གཞིས་ངས་རྒྱལ་རང་ཆས་རང་རིག་གི།

གང་ངས་བཟང་དན་རྟོག་ཚོགས་ཅི་ཤར་ཀྱལ།

གནད་དག་གསྒྲུབ་སྤྱོད་ལེན་མི་བྱེད་པར།

བབས་རང་ལུགས་རིག་པས་གཞན་ཅི་ཞེས།

རྒྱུ་ཚོགས་གསོག་སྤྱོད་སྤྱོད་དག་བའི་ལས།

ལམ་སྤྱོད་བཅས་སྤྱོད་དང་བྲལ་བའི་རིགས།

ཀྱུན་བསྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ་འབྲས་གསུམ།

དོན་སྤྱོད་མེད་ཆོས་དབྱིངས་སྤྱོད་དུ་པར་ཅེ།

ཅས་པ་འདི་ནི་གཙང་གི་ནལ་འབྱོར་པ་ལྟམ་སྤྱད་གང་ན་ཁྱེད་ཀྱིས་བསྒྲུལ་དོར་བ་ཤོད་པ་ཡིན་ཞིང་

རྒྱལ་འདི་ནི་གང་མས་པ་འདི་དག་གི་ཟབ་བྱིང་ཞིབ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལྟམ་སྤྱད་ཤོར་བ་དག་གིས་རྒྱུན་ཁྱེད་ཀྱིས་ལེན་དུ་

བྱ་བམ་གཏོགས། གཞན་དག་གིས་ཁྱེད་དུ་བྱར་རུང་བ་དེ་མ་ཡིན་འོ། །།སྒྲིབ་ཅི།

ས་འདུལ་གྱི་གར་འཆམ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བའི་

ནམ་བཤད་ཟིན་གྱིས་

བཞུགས་སོ།



༥ སྒྲིབ་པ་གསུམ་ན་འབྲུག་གི་ཟླ་བ་ལ་བའི།
 རྒྱལ་བའི་སྒྲིབ་ཀྱི་གཟུགས་པདྨ་མཐུ་ལ།
 ལ་བ་སྐུ་བརྒྱུད་པར་བཅས་པའི་ཞབས་པད་གང་།
 བདག་སོགས་གཙུག་གི་རྒྱུན་དུ་རྟག་པར་མཆོད།

༥ དེ་ལ་སྒྲིབ་རྒྱལ་བ་ཐབས་ལ་ཁས་ཤིང་ཐུགས་རྗེ་བསམ་གྱིས་
 མི་བྱུང་པའི་ཟླ་སྒྲིབ་གསུམ་གྱི་ཡིད་མཆོར་འགྲིབ་མེད་དུ་འཆར་བའི་སྒྲིབ་
 ལས་ཀྱི་སྒྲོ་ཐབས་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ནང་ནས་ཆེས་ཆེད་དུ་བྱུང་བའི་དེས་
 གསལ་དེ་རྗེས་ཐེག་པ་དམ་པའི་གཞུང་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་བདག་དང་
 གཞན་གྱི་དོན་ཀྱི་བདེ་སྐྱབ་ཏུ་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་སྒྲིབ་བྱེད་ཀྱི་དབང་དང་
 སྒོལ་བྱེད་ཀྱི་གང་ལས་པ་གཉིས་ཀྱི་མཉམ་དག་གིས་མཆོག་དང་ཐུན་མོང་
 གོགས་མེད་དུ་ཐོབ་པར་བྱེད་པ་ལས། ཐོག་མར་སྒྲིབ་བྱེད་དབང་སྐྱུར་གྱི་
 གནས་སུ་རུང་བར་བྱ་བ་དང་། དེ་ལས་གཞན་པའང་གཙུག་ལག་ཁང་
 དང་རྒྱལ་པོའི་ཕོ་བྱང་གནས་གཞི་སྐྱབ་ཁང་ལ་སོགས་བྱ་བར་འདོད་པའི་
 གནས་དང་ས་གཞི་འདུལ་ཞིང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པར་བྱ་བའི་སྒྲིབ་དུ་མའི་ཚོ་

གཙུལ་བཞིན་བསྐྱི་བའི་ཐབས་རྒྱུད་སྡེ་ཆེན་པོ་དག་ལས་རིལླར་གསུངས་པ་ལྟར།
 ས་བརྟག་པ། བསྐྱང་བ། སྐྱུང་བ། བཟུང་བ། བསྐྱུང་བ་ནྱམས་ལས། འདྲིར་
 ས་བཟུང་བའི་རིམ་པ་འདྲི་ཉིད་ལ་ཡང་བློས་བཟུང་བ། སྐྱུངས་སྐྱུངས་ཀྱིས་བཟུང་བ།
 བློ་གར་གྱིས་བཟུང་བ་ནྱམས་ལས་སྐྱུངས་འདྲིར་སྐྱུངས་སྐྱུངས་དང་བློ་གར་གྱིས་བཟུང་
 བས་ས་གཞི་འདུལ་བར་བྱེད་པ་རྟེ།

༥ དེ་ལ་སྟོན་པ་དྲེ་རྩེའི་སྟོབ་དཔོན་ནི་དགྱིལ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྱི་
 དཔལ་ཆེན་པོ་ཉེ་རྩུ་པ་ལྟ་བུ་དང་རྟམ་གྱིན་དབང་ཆེན་གཉིས་སྒྱུ་མེད་པའི་རང་
 བཞིན་དང་། དེ་ཉིད་ཀྱང་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྩེའི་ནྱམ་རོལ་སྒྱུ་མདོག་ཕྱག་
 མཚན་ཆ་ལུགས་ཀྱི་ནྱམ་པ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་ཚུལ་དུ་སྤྱང་བ་དང་། འཁོར་
 གྱི་རྒྱལ་ཐེབས་ནྱམས་ཀྱང་དོན་དམ་སྟོང་ཉིད་ལེ་ཤེས་ནྱམ་པ་དགའི་རང་བཞིན་
 ལས་ནྱམ་པ་དཔལ་ཆེན་པོ་གཙོ་མཚན་གྱི་དགའི་ངོ་བོ་ཉིད་དེ། དེ་ལྟར་དགྱིལ་
 འཁོར་ལྟོ་ཆོགས་འཁོར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་ལས་ཀྱི་ནྱམ་རོལ་གར་དགའི་ཉྱམས་
 ཀྱིས་གདུག་པ་འདུལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མཚན་གྱི་སྒྱུལ་བསྐྱུར་ངོ་མཚར་བྱིན་
 རྒྱབས་ཀྱི་བཀོད་པ་མདོན་སྒྱུལ་དུ་སྟོན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། འདྲི་ཉིད་ལ་སྒྱིར་
 བྱིན་རྒྱབས་ཞི་བའི་རོལ་གར། བླག་འཐུང་བློ་བའི་འབྱིང་གར། རོ་ཉྱམས་
 པའི་འདུལ་གར་ལ་མོགས་ཀྱི་ནྱམ་གངས་མང་ཡང་། འདྲིར་ནི་དཔལ་ཆེན་རོལ་

པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་འགྲོ་བའི་གུ་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་བའ། སྐྱབས་པ་ལ་བར་སྒྲུབ་པའི་པའི་
བཞག་པའི་ཚོགས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲུབ་པའི་གུ་མེད་ཀྱི་སྒྲོ་བའི་སྐྱབས་པའི་བྱེད་པའི་ཉིད་དེ། དེ་སྒྲུབ་
སྒྲུབ་པའི་ཚོགས་པའི་ཚུལ་ཡང་།

སྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་པའི་དོན་དེ་བཞག་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
དོན་དེ་བྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
གུ་མེད་ཀྱི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
མཚོགས་ཀྱི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་

དོན་དེ་བཞག་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
དོན་དེ་བྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་

ཞེས་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་
སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པའི་

༥ དཔོངས་དོན་མདོར་བསྟུན། གར་གྱི་དོན། དེས་ཚིག་དབྱེ་བ།
དཔོངས་ཆེད་ཕན་ཡོན་གྱི་རིམ་པ་དང་བཞི་ལས།

༥ དང་པོ་དེ་པོ་ནི། དོན་དམ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དག་གི་དབྱིངས་ལས་
འགག་མེད་རང་གསལ་གཟུགས་སྐྱེའི་ཚེ་རེལ་གདུལ་བྱ་མོས་སྒྲིའི་སྒྲིང་ཡུལ་དུ་
སྟོན་པ་ཁོ་ནའོ།

༥ དེས་ཚིག་ནི། དོམ་ཆར་བའི་རྣམ་འགྱུར་དགའི་ཉམས་དང་ལྟན་པའི་
ཕྱིར་གར་ཞེས་བྱ་བ་སྟེ། ཉམས་དགའ་པོ་གར་ཞེན།

རིན་ཆེན་མཛོད་ལས།

སྒྲིག་པ་དཔའ་བམི་སྟུག་པ།

དག་ཤུལ་ཚོད་དང་འཛིག་སྐྱུ་རུང་།

སྟིང་རྩེ་རྩེ་མས་དང་ཞིབ་སྟེ།

འདི་རྣམས་གར་གྱི་ཉམས་དགའའོ།

ཞེས་པ་དེ་དག་ཀྱང་འགགས་སྐྱེར་གྱི་སྐྱོད་དང་སྐྱེར་ན། འཛིན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲིག་
པའི་ཉམས་དང་། དེ་བཞིན་དུ་བྱིར་སྟེ་དཔའ་བའི་ཉམས་དང་། ཉམས་ལྟ་གྱི་
འཛིག་སྐྱུ་རུང་བ་དང་། ཉམས་སྟེ་ཚོད་པ་དང་། ཉམས་ཉམས་ལྟ་མས་པ་དང་། ཀུ་
ཉམས་སྟེ་རྩེ་དང་། ཉམས་སྟེ་མི་སྟུག་པ་དང་། རྩེ་སྟེ་དག་ཤུལ་དང་། དམ་སྟེ་

ཆེན་གྱིས་འོག་གི་ཤུ་གཏོག་ཐམས་ཅད་ཟིལ་གྱིས་མཐོན། རྩོམ་པོ་འོག་གིས་
བར་གྱི་མི་དང་མི་མེད་མཐའ་དག་ཟིལ་གྱིས་མཐོན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཟིལ་གཏོག་རྣམ་པ་
གསུམ་གྱི་གར་གྱིས་སྒྲོན་འགྲོ་གཏོན་ལ་ཡབ།

༥ དངོས་གཞི་སྒྲུངས་སྒྲུབས་རྣམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ཕྱོགས་མཆོམས་ཀྱི་དེགས་
པ་ཅན་རྣམ་འདུལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། ཤར་དུ་དྲི་ཟེའི་གཏོག་ཆོགས་འདུལ་བ་ས་གའི་
སྒྲུངས་སྒྲུབས། ལྟོར་སྒྲུལ་བྱུང་དང་གཤེན་ཆེའི་གཏོག་ཆོགས་འདུལ་བ་སྒྲུལ་པོའི་
སྒྲུངས་སྒྲུབས། ལུབ་ཏུ་ཤུ་གཏོག་འདུལ་བ་ལ་པོའི་སྒྲུངས་སྒྲུབས། བྱད་དུ་
གཏོག་སྒྲིབ་འདུལ་བའི་སྒྲུངས་སྒྲུབས་ཆེན་པོ། ཤར་ལྟོར་མེ་ལྟ་འདུལ་བ་འབྱིངས་ཀྱི་
སྒྲུངས་སྒྲུབས། ལྟོ་ལུབ་ཏུ་སྒྲིབ་པོ་འདུལ་བ་ས་གཏོག་གི་སྒྲུངས་སྒྲུབས། ལུབ་བྱད་
དུ་སྒྲུངས་འདུལ་བ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲུངས་སྒྲུབས། བྱད་ཤར་དུ་དྲན་བཞག་གསའདུལ་
བ་ཁྲོས་པའི་སྒྲུངས་སྒྲུབས་ཏེ། དངོས་གཞིའི་གར་ཆེན་བརྒྱད་ཀྱིས་ས་གཞི་བཏུལ།

༦ རྩོམ་ལ་ཕྱག་མཆོན་རྣམ་པ་ལྟེའི་འགྲོས་ཀྱིས་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་
ཅིང་རྒྱས་གདབ་པའི་པོའི་པ་ནི། ཤར་དུ་དྲི་ཟེའི་འགྲོས་ཀྱིས་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་
པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། ལྟོར་པོའི་ཆེན་འགྲོས། ལུབ་ཏུ་པོའི་འགྲོས། བྱད་དུ་
རྒྱ་སྒྲུལ་འགྲོས། དབུས་སུ་འཁོར་ལོའི་འགྲོས་ཀྱིས་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ།

དེ་ལྟར་ཕྱག་མཆོད་ལྡེའི་འགྲོ་སྤྱོད་ཀྱིས་སྤྲོ་བ་གཞི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས། རབ་རྟུ་གཞན་པར་
བྱེད་པ་ཉིད་དེ། མདོར་ན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྒྲུབ་གནས་བཀའ་ཁྱིམ་ཁྱིམ་བྱིན་
ཆགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་ཟབ་དམ་པ་ཉིད་དོ།

༥ དཔེ་དེད་གཞི་པའི་ཕྱོད་དགོས་ཆེད་ཀྱི་རིམ་པ་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཅེ་ན། རྗེ་
སྤྱོད་དཔེ་བྱེད་ཀྱིས་མཆོད་པ་ཀྱི་གཙུག་པ་བསྐྱེད་དང་བཅས་པ་དཔལ་ཆེན་ལོ་པའི་ཉིད་
དེ་འཛིན་དང་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་བྱེད་འཇུག་ཆེན་པོའི་བརྟུལ་ཁྱུགས་གསལ་བའི་སྤྱོད་པ་
མཛད་དུ་བྱུང་བའི་རོལ་ཅུལ་འདི་ལྟར་བྱུས་ནི། གནས་སྐབས་དང་མཐར་ཐུག་གི་འགལ་
ཀྱིན་སེལ་ཁྱིམ་དངོས་སྒྲུབ་ཀྱི་དོན་སྒྲུབ་ལེན་པ་འགྲུབ་པར་བྱས་པ་སྟེ།

༥ ཇི་སྐད་དུ། སྤྱོད་ཆེན་རྗེ་རྗེ་བཀོད་པ་ཀྱུན་འདུས་རིག་པ་ལས།
ཨ་མའི་ངོ་མཆོར་ཡལ་མཆོད་ཆེ།
ད་གྲུས་པར་རོལ་པའི་བྱིན་སྐབས་ལས།
ཇི་ལྟར་དམིགས་པ་དེ་ལྟར་འགྲུབ།
སྤྱོད་དུག་ཅད་གཙུག་ཅད་ངོ་མཆོར་ཆེ།
སྤྱོད་དུག་འདུས་པའི་ཡུང་པོ་ལ།
དན་སོང་གནས་འཛིན་སྤྱོད་རྗེ་རྗེ་སྤྱོད་པས།

ཡེ་ཤེས་ཐབས་ལྟ་སྟོན་པའི་སྐུ།
མད་བྱུང་གསང་ཆེན་སྒྲོག་པའི་ཆོག།
ཉོན་མོངས་ལྟ་ཡིས་གཞི་ལ།
རང་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ལྟ་གསལ་བར།
འབར་བ་ཁག་འཐུང་སྒྲིབ་བྱུང་བཞིན།
བྱུ་མཆོག་ལྟ་ཡི་སྟབས་ཀྱིས་རོལ།
དཔའ་བོ་ཆོམ་རམས་བྱུང་གྱི་སྟབས།
མཁའ་གཞི་དབྱིངས་ཀྱི་བདེ་གློང་ནས།
ཆོམ་བྱུ་འབྱམས་གྱི་ཆོམ་སྤུལ་འཕྲོ།
ད་གྲེས་མཆོག་རོལ་པའི་སྒྲིབ་ལས་ལས།
རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་མཉམ་པར་སྦྱར།
གར་མཆོག་སྒྲོག་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡི།
མད་བྱུང་གསང་བའི་དགྱིལ་འཁོར་ནས།
འཕྲོ་འདུ་སྐར་རྟུང་འབྱུག་པ་ལས།
ཁམས་གསུམ་བྱུང་ཤིང་ཐལ་བར་སྒྲོག།
ཅིས་བ་དང་།

ཁྱོད་ཀྱི་འདོར་སྒྲུབ་སྒྲིལ།
 ཚམ་རམ་ཆེན་པོའི་འཇུག་འགྲོལ་དང་།
 དཔལ་བོད་རྒྱུ་འཇུག་འགྲོལ་སྒྲིལ།
 ཐབས་ཆེན་བཅོ་བརྒྱད་སྒྲུབ་སྒྲིལ་སྒྲུབ།

ནལ་འབྱུང་ཕྱལ་རྒྱལ་སང་ལྷག་ནལ་ས།
 རྒྱུ་འཇུག་ཕྱལ་ཆེན་འདི་སྒྲུབ་པ་ས།
 ཡེ་ཤེས་ལྷ་ཚོགས་གཤེགས་པའི་རྒྱུ།
 དངོས་སྒྲུབ་འབྱུང་བའི་རིག་པོ་ཆེ།

མཐུ་སྒྲུབ་བཀྱེ་བའི་ཐབས་ཆེན་པོ།
 གྱིན་སྒྲུབ་འབྱུང་བའི་དབང་མཚོ་གཤེགས།
 རྒྱལ་བའི་དངོས་སྒྲུབ་མཐུ་ཆེན་ནལ།
 མཐུ་འབྱུང་གྲོའི་རྒྱུ་འཇུག་ཐབས་ཅན་དང་།

རྒྱུ་འཇུག་པའི་སྒྲུབ་པའི་ཐབས་ཆེན་ནལ།
 ཐབས་ཅན་དབང་དུ་འགྱུར་བའི་ནལ།
 དངོས་སྒྲུབ་གཤེགས་ལྷ་སྒྲུབ་ཅི་དགོས།

ཞེས་དང་། གཤེགས་པ་ལ།

རྒྱལ་སྐུ་འཛིན་བཀའ་འཁོར་ལོ།
 དེ་མེད་རྒྱལ་དབང་ཆེན་པོ་དེས།
 རིག་འཛིན་པོ་མེད་མཆོན་མས་བཏབ།
 རྒྱལ་འབྱུང་ཆེན་པོ་འཁྱུ་སྐུ་སྐྱུ།
 འཛིན་རྟེན་སྐྱོད་ཚུལ་ཐམས་ཅད་ནི།
 སྐུ་མ་ཡིན་གྱིར་ཤིན་ཏུ་སྤངས།
 འཛིན་རྟེན་འདས་པའི་སྐྱོད་ཚུལ་དག།
 ཇི་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་ལྟར་སྤྱངས།
 ཨེ་མེད་དུར་བྱོད་གསང་བ་ཡི།
 མེད་བྱུང་ཁྱིད་ཁམས་དག་འཆོལ་འདིར།
 སྐུ་ལ་ལྟན་དབང་ལྷན་རྒྱལ་བའི་སྐུ་སྐུ།
 འདུས་པར་ཆོག་ས་པའི་རིག་འཛིན་ནམས།
 ཨེ་མེད་དག་འཆོག་བདེ་ཆེན་གྲོགས།
 ཐབས་དང་ཤེས་རབ་བྱུང་འབྲེལ་གྱི།
 སྐུ་པའི་གཤོག་དུག་གྲ་རྒྱས་པས།
 ཆོས་ཉིད་ཅུལ་གྱི་སྐབས་སྤར་ནས།
 ཆོས་དབྱིངས་མཁའ་ལ་ལྷིང་བར་རིག།

ཅེས་གསུངས་པ་དེ་ལྟ་བུའི་འབྲས་བུ་གསང་སྒྲགས་དོན་མེད་ཐེག་པའི་ཁྱད་
 ཚོས་མད་དུ་བྱུང་བ་འདི་ལྟ་བུས་གནས་སྐབས་སུ་བར་ཆད་འབྱུང་བའི་འཆོ་བ་དང་
 བུལ་ཞིང་། མ་མོ་མཁའ་འགྲོ་ཀླུ་གྱིས་ཟླ་མེད་དང་གཙོ་བོར་མཐོང་ནས་སྤྱོད་ལས་
 བསྐྱབ་པ་དང་། རྒྱལ་བ་འཕྲིན་ལྷན་གྱིས་ཀྱང་སྐུ་དང་སྐྱུ་དུ་དགོངས་ནས་
 སྤྱོད་གྱིས་ལྷོ་བས་པར་མཛད་ཅིང་། ལྷུང་དུ་བྲལ་བའི་བྱུང་ཆུབ་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་སྦྱོར་བའི་
 ཉི་རྒྱུད་བྱེད་པ་ལ་སོགས་ཀྱི་དགོས་ཆེད་དང་པན་ལོན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་དང་
 ལྷན་པ་ཁོ་ན་ལགས་སོ།།

གར་གྱི་རྒྱལ་བ་ཤད་འདི་ཉིད་ཀྱི་ལ་འཁོར་གྱིས་འདུལ་ནས་བྱུང་བའི་སྐབས་དེ་ཉིད་དུ། དོན་སྤྱོད་
 དཔོན་གྱིས་རྒྱུབ་པ་ལ་ཞུགས་པའི་འདུ་ཆོག་གས་རྒྱལ་ལ་འཆད་པར་བྱལོ། །།བཀྲ་ཤིས།



༥ སའཆོག་གི་གར་གྱི་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་

༡ ཐོག་མའི་ལམ་ཁྱེད་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
བར་བྱ་ཞིང་། ལམ་གཉིས་དེ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
གིས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་སྒྲུབ་པ་
པ་འདྲོད་པ་འཆམ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་

༢ གཉིས་པ་བཞག་པ་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་

༣ གཉིས་པ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་

༤ གཉིས་པ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་
ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་

“ ལྔ་པ་ཁྱུང་ག་ཤོག་ཟེམ་འགྲོས་ལ་རྩེམ་རྩུང་དང་། ལག་པ་ཁྱུང་ག་ཤོག་
མཐོ་པར་བརྒྱུད་པ་ཤིང་། ཀླུང་པ་ཟེམ་འགྲོས་ཀྱི་སྒྲུབ་ས་བུ་ལ་བསྒྲུབ་པ་ལོ།

༦ རྩུག་པ་ཁྱུང་ག་ཤོག་དྲག་པོ་བྲོ་བཅུ་དག་སྒྲུབ་ལ། རྩུབ་ས་ཐིམ་ག་མར་
ཉིས་ལེན། བར་དུ་དག་རྩུང་། མཐར་ཆིག་རྩུང་དལ་ག་ཉིས་བཅུ་གས་བྱུ་ཞིང་།
ཡང་སྒྲུབ་བཞིན་ཉིས་ལེན་ནས་དབུ་བཅུ་གས་པ་དང་། རྩུག་རྩུབ་ཤོག་གི་
དབྱིབས་ལྟན་གྱིས། རྩུབ་ལེན་གྱི་དང་པོ་ལ་རྩུང་པ་གཡོན་གྱི་རྩིང་པ་བཀའ་ཞིང་
གཡས་གཞི་བཟུང་། གཉིས་པ་འི་ཆོ་རྩུང་པ་གཡས་ཀྱི་ཕྱེ་བཅུ་གས་པ་དང་།
དེ་ནས་དག་བརྩུང་གི་དང་པོ་ལ་གཡོན་སྒྲུབ་ས་བསྒྲུབ་། གཉིས་པ་ལ་གཡོན་
གྱི་ཕྱེ་བཅུ་གས་གསུམ་པ་ལ་དེ་འི་རྩིང་པ་བཀའ་། བཞི་པ་ལ་གཡས་ཀྱི་ཕྱེ་བཅུ་གས་།
ལྔ་པ་ལ་དེ་འི་རྩིང་པ་བཀའ་། རྩུག་པ་ལ་གཡོན་གྱི་ཕྱེ་བཅུ་གས་། བརྩུབ་པར་
གཡོན་ནས་གཡས་སྒྲུབ་ས་བསྒྲུབ་། བརྩུང་པ་ལ་གཡས་ཀྱི་ཕྱེ་བཅུ་གས་།
དག་པ་འི་ཆོ་གཡས་འཁྱིང་། མཐར་ཆིག་རྩུང་། དང་པོ་ལ་གཡོན་དུ་འཁྱིང་།
ཕྱི་མ་ལ་གཡས་འཁྱིང་བུ་ལོ།

བརྩུབ་པ་སྒྲུབ་ཆོག་ས་རྩིང་འགྲོས་ལ། དེ་ནས་བཞི་རྩུང་ཆར་བ་གཉིས་པ་
ལ་ལུབ་དང་། གསུམ་པ་ལ་བྱུང་དང་། བཞི་པར་སྒྲུབ་རྩིང་དང་། ཡང་སྒྲུབ་
བཞིན་ཤར་དུ་ལོག་པ་ལོ།

བརྒྱུད་པ་དོན་མེད་ཁྲི་བོའི་འགྲོམ་ལ། ར་སུམ་རྩུང་སུམ་བཙུགས་དང་།
ར་བཞི་རྩུང་ཞི་བཟ་ཅན་དང་ཕྱག་རྒྱ་པད་སྐྱོར་དང་བཙམ་པས། ཐོག་མར་ཤར་
ནས་དབུས་སུ་བལྟས་པས་ཤར་གྱི་དོར་རའི་ཚུལ་བྱ། ཀླུ་པ་འདོར་སྟབས་རེ་
མོས་བཏེག་སྟུགས་ཀྱི་ལག་པ་གཡས་བརྒྱུདས་པས་སྟེག་མཚུབ་ཀྱིས་དོན་མེད་
གདེངས་ཤིང་། གཡོན་སྟོང་ཁར་སྟེག་མཚུབ་དེའི་འགྲོལ་དང་། སུམ་རྩུང་བར་
མ་དེ་ཉིད་གཡས་གཡོན་བསྐྱར་ཞིང་། སུམ་རྩུང་ཕྱི་མའི་ཚོ་པད་སྐྱོར་བཙོལ་
བས་སྐྱེད་པ་སྟོན་པ་དང་། སྤར་གོང་བཞིན་གོ།

༩ དངོས་གཞི་སྤངས་སྤངས་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོ་སྤངས་གཞི་སྤངས་སྤངས་ལ།
 རྩིག་རྩུང་དལ་བ་ལ། ལྷག་ཀྱང་གཡམ་དོ་མེ་གདངས་ཤིང་གཡོན་རྩིས་བྱུང་ལྟར་
 བསྟེན་ཏེ། རྩིག་གསུམ་གྱི་བར་དུ་གཡམ་ནས་གཡོན་དུ་བསྐྱོར་ཞིང་། ཀླུ་པ་རེ་
 མོས་ལ་གཅིག་གི་ཕྱི་བཅུ་གསུམ་ཤིང་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་གཞི་བཟུང་། ཡང་ལག་
 གཡམ་དལ་བ་བསྟེན་ཞིང་གཡོན་རྩིས་ལ་བྱོལ་གདངས་པས་གཡོན་ནས་གཡམ་སྤུ་
 སྐྱོར་ཚུལ་སྤུལ་བཞིན་ཏེ་རེ་མོས་བྱུང་།

10 ལྟར་རྒྱལ་པོའི་སྐད་སྐད་སྐད་ལ་ར་གྲངས་ཐིམ་ཅིག་དྲུང་འདྲིལ་བོད་ལྟར་ལ།
དང་པོ་ལ། རྐང་པ་ལྷགས་འགྲོས་ཀྱིས་གཡས་ནས་གཡེན་ཏུ་བརྒྱན་། བར་དུ་

འགྲིང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དང་བཅས་པས་གཡམ་གྱི་ཕྱི་བུ་གསལ། ཕྱི་མཁའ་དེའི་རྒྱིང་པ་བཀག།
སྒྲུབ་སྒྲུབ་བཞིན་གཡམ་གཡེན་བཟླ་བའོ།

༡༡ ལུབ་ཏུ་འོལ་པའི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་ར་བཞི་རྒྱུ་འཁྱིལ་ཅན་དང་ཕྱག་རྒྱ་པད་
དཀོར་གྱིས་མཆོད་ལྷུམ་གཉིས་གཉིས་མ་དུ་བྱ་བ་རེ་མོས་སྒྲུབ་དེ་ཅིང་། ཀླུང་པ་ཡང་
དེ་དང་མཚུངས་པར་འཛིན་བཀྲམ་གསུང་རེ་མོས་སྒྲུབ་འོ།

༡༢ དུང་དུ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་ར་ཕྱོག་མའ་སྒྲུམ་རྒྱུ་གསུམ་ལ་ཕྱག་རྒྱ་པད་སྒྲོར་
གཡམ་གཡེན་དཔུམ་གསུམ་དང་། དེ་ནས་ཆིག་རྒྱུང་དཔལ་བ་དང་གསུམ་ལ་འགྲིང་
སྒྲུབ་སྒྲུབ་དང་ལྷན་པས་གཡེན་ཕྱོགས་སྒྲུབ་མཆོད་སྒྲུབ་ལན་གསུམ་དང་། མཐར་སྒྲུམ་
རྒྱུ་ཆར་གཅིག་ལག་གཉིས་སྒྲིབ་བཞིན་གྱི་ལྷུམ་ལྷུམ་གསུམ་ཕྱོག་འོ།

༡༣ ཤར་ལྷོ་འགྲིང་ཚུལ་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་ཆིག་རྒྱུང་དཔལ་བ་གསུམ་གྱི་
དང་པོ་ལ་ཀླུང་ལག་གཉིས་ཀས་གཡམ་གཡེན་དང་། གཉིས་པ་ལ་གཡེན་
གཡེན་གསུམ་པར་ཕྱག་རྒྱ་དེ་ཉིད་ཟུར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་མཆོད་པར་བྱའོ།

༡༤ ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་གཞོན་གྱི་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལ་ར་སྒྲུམ་རྒྱུ་འགྲིང་པོ་དང་།
ཀླུང་པ་གཤིབ་ཅིང་ལག་པ་པད་སྒྲོར་ཆར་རེའི་མཐར་མོར་མོ་བསྒྲོལ་བའི་ཁའོག་
ཏུ་ཕྱོགས་ཏེ་གཞོན་པའི་ཚུལ་དུ་བྱ་བའི་ཕྱག་རྒྱ་དེ་ཉིད་གཡམ་གཡེན་དཔུམ་
གསུམ་དུ་རེ་བྱའོ།

༡༥ ལྷ་བྱང་དུ་འདེགས་བྱེད་ཀྱི་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ལ། སྒྲིལ་དུ་གོང་ལྷ་ལ།
 ཀྱང་པའི་རྟིང་པ་གཉིས་སྒྲིལ་ཅིང་པོ་མ་བརྩུགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱས་མོ་སྤྱིར་བཀྱིད་ལ།
 ལག་གཉིས་པ་ད་སྒྲིལ་པོ་ག་ནས་ཡར་འདེགས་པའི་ཚུལ་དུ་བྱའོ།

༡༦ བྱང་ཤར་དུ་ཁྱོས་སྒྲིལ་ལ། ང་སྒྲིལ་དུང་བརྒྱུད་བཞི་བརྩེགས་ཀྱི་དང་
 པོར་ངམ་འགྱིང་སྤྱི་མཐུན་དང་ལྷན་པས་གཡོན་མཆོངས་གསུམ་གཉིས་པར་...གཡོན་
 བསྐྱམ་གཡས་བརྒྱུད། གཡས་མཆོངས་གསུམ། གསུམ་པར་ཕྱག་རྒྱ་བརྒྱུད་སྤྱི་
 གཡས་བསྐྱེར་...གཡས་བསྐྱམ་གཡོན་བརྒྱུད། གྱིས་འཕར་ཚུལ་གསུམ། བཞི་པ་ལ་རང་
 སར་ལྷེ་མ་...གཉིས་ཀ། ཚུལ་ལན་གསུམ་བྱ་བའོ། །བར་འདིར་ཕྱག་རྒྱ་རྩོམ་བྱིས་
 བསྐྱོལ་བ་སྤྱི་པོར་བཟུང་ལ། ཀྱང་འབྱིལ་ཚུལ་གྱིས་...སྒྲིལ་བཞིན་གྱི། ང་ཆིག་དུང་ལན་
 གསུམ་སོང་བའི་རྒྱུ་ལ་གཡས་གཡོན་སྤྱི་བར་བྱའོ།

༡༧ དེ་ནས་ཕྱག་མཆོན་ལྷ་འགྲོས་ཀྱི་དང་པོར་རྩོམ་ཅི་གཅིག་འགྲོས་ནི།
 ང་སྒྲིལ་དུང་འབྱིང་པོ་ལ། ཕྱག་རྒྱ་གཡས་གཡོན་སྤྱི་དང་པོ་གཉིས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་
 དང་ལྷན་པས། ཀྱང་པ་དབྱུགས། ལྷན། རྒྱུ་གསུམ་དུ་རེ་མོས་འཇུག་པའོ། །
 རྩོམ་ཅི་གསུམ། འགྲོས་ནི་ང་སྒྲིལ་དེ་ཉིད་ལས། ཀྱང་པའི་རྩོམ་ལྷན་
 གཡོན་གཡས་དང་གསུམ་རྒྱུ་ལྷན་གཉིས་ཀར་གཡས་པས་འཇུག་ཅིང་།
 སྤྱིར་གཡོན་པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་བྱོ།

༡༥ རིན་ཆེན་འགྲོམ་ནི། ར་སྒྲུམ་རྩུབ་སྒྲུམ་བཅུགས་ལ། དུག་རྒྱ་པད་
སྒྲོར་སྤྱི་ནས་ནང་དུ་གཡལ་བ་པའི་ཚུལ་ལྟར་དང་། ཀླུ་པ་མཛད་ཅུག་གཡོན་རྒྱ་བ་
གསུམ་དུ་བཞག་པས་ཐོར་བུ་མིག་གསུམ་པའི་ཚུལ་ཏེ། གཡམས་སྒྲུ་ཡང་དེ་
བཞིན་བྱས་པའི་རྩེས་ལ་ཆིག་རྩུང་རིང་བ་གཉིས་ལ་དུག་རྒྱ་པད་སྒྲོར་བསྒྲུབ་མ་
མེ་རིའི་ཚུལ་དུ་བྱའོ།

༡༦ བདྲུའི་འགྲོམ་ནི་ར་སྒྲུམ་རྩུབ་བཞི་བཅུགས་ཀྱི་དང་པོ་ལ་ཤར་དུ་གོམ་
བ་གསུམ་གྱིས་ཤར་གྱི་པད་འདབ་ཀྱི་ཚུལ་དུ་དུག་རྒྱ་པད་སྒྲོར་དང་བཅས་པ་དང་།
དེ་བཞིན་དུ། གཉིས་པ་ལྟེ་འུ་པད་འདབ། གསུམ་པ་བྱ། བཞི་པར་སྤྱི་འགྲོམ་
ཀྱི་ཁུབ་ཀྱི་པད་འདབ་བྱ་ཞིང་། དེ་ནས་ཆིག་རྩུང་དལ་བ་གཉིས་ཀྱིས་དབུས་སྒྲུ་ཟླ་
འབྲུའི་ཚུལ་དང་། སྒྲུ་ཡང་སྒྲུམ་རྩུབ་གཉིས་ཀྱིས་གཡམས་གཡོན་དུ་བདྲུའི་ལོ་
འདབ་ཀྱི་དུག་རྒྱ་པད་བྱའོ།

༡༧ རྒྱ་མམ་གྱི་འགྲོམ་ནི་ར་སྒྲུམ་རྩུབ་བཞི་བཅུགས་ཀྱི་དང་པོ་ལ་ཤར་དུ་
བལྟས་ཏེ། ཀླུ་གཡོན་བཞི་བཟུང་ཞིང་གཡམས་པས་གཡོན། གཡམས། དབུས་
དང་གསུམ་དུ་རེག་པ་དེ་རིའི་ཚུལ་དུ་དུག་རྒྱ་པད་གདེངས་སྒྲུབ་སྒྲུ་པམ་དང་བཅས་པས་བྱ་
གཉིས་པ་ལ་ལྟོར་ཀླུ་པ་གཡོན་པ་དེ་བཞིན་དང་། གསུམ་པར་ལྷུ་བ་ཏུ་གཡམས་པ་དང་།
བཞི་པར་བྱང་དུ་གཡོན་པས་དེ་ལྟར་བྱ་བའོ།

༡༡ ལའོར་ལོའི་འགྲོས་ལ། ར་བཞི་རྩུང་དལ་བ་དང་། ཕྱག་རྒྱ་བསྐྱོལ་
 ཞིང་རྒྱུད་པ་བཏེགས་འགྲོས་གྱིས་གཡས་སྐྱོར་དུ་འགྲོ་བ་དང་། བཞི་རྩུང་ཚར་གཅིག་
 མོང་ཚོ་རྒྱུད་པ་བཏེགས་ཕྱོགས་སྤྱོད་གཡེན་སྐྱོར་དུ་འགྲོ་བ་དེ་རྒྱར་རེ་མོས་
 སྤྱུའོ། །ལམར་གར་.....འདིའི་གར་འཆམ་རྣམས་ནི་རྩལ་རྒྱུན་གྱི་གར་འཆམ་གྱི་དང་མཐུན་པ་
 ཉིད། །གྱི་རྩུང་འགྲོས་ཁམས་གསུམ་དབང་རྩུང་ལ་ར་ཉིས་རྩུང་ཞིན་གཙན་ཅན་གཉིས་
 གཉིས་གྱི་མཆོམས་སྤྱུ་སྤུམ་རྩུང་ཞིན་གཙན་ཅན་རེ་དང་སྤྱེལ་བ་ཉིད།

དེ་རྒྱར་འདི་དག་ནི་སྤྱོད་མཁོ་དགོངས་པ་འདུས་པའི་གར་འཆམ་འབྲུལ་གྱི་པ་ཏ་
 ལས་དགྱིལ་ལའོར་སའདུལ་གྱི་གར་ནུམ་ཁོལ་དུ་སྤྱུང་ནས་གཏན་ལ་བབ་པའི་རྩེད་
 བོ་ཟིན་གྱིས་སྤྱུ་བཀོད་པ་སྟེ། གཙོ་བོར་ཕྱག་ལེན་མཐོང་བ་བརྒྱུད་པ་ཇི་བཞིན་སྤྱོད་
 དཔོན་ལས་དངོས་སྤྱི་བྱ་རྒྱབས་གྱི་བཀའ་བབ་ཐོབ་པར་མ་བྱས་ན། ཡི་གེ་འདི་
 གཅིག་དུས་དོན་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་བས། དེ་རྒྱར་ཤེས་པར་བྱོས་ཤིག །
 གར་འཆམ་གྱི་ནུམ་བཤད་མདོར་བསྡུས་ཟིན་གྱིས་དང་བཅས་པ་འདི་བཞིན་སྤྱིར་བས་
 གྱི་དོན་དུ་ཡི་གེར་འཁོད་པར་གྱིས་ཤིག་ཅས། རྩེད་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་མཆོངས་
 མེད་རིག་འཛིན་སྟིང་པོས་བཀའ་རྒྱུལ་བའི་མཐུས། སྐྱོམ་གསར་པ་མོལ་གྱིས་དུར་
 ཁྱིམ་དུ་བཅུགས་པའི་གནས་སྤྱུ་བཀོད་པ་མཛད།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོང་འདུས་པའི་

དབང་བསྐྱར་གྱི་ལས་རིམ་

ཇི་ལྟར་བྱ་རྒྱུ་ལ་

བཞུགས་སོ།།



༥ མེ་མ་ཏི་པ་རྩེ་རྩེ་རྩེ་

བྱུགས་ཤིང་བདག་ཉིད་འཕགས་མཆོག་གི།

ཞབས་ལ་གྲུ་བས་བྱུག་འཆོལ་ནས།

དེ་ཡི་དབང་བསྐྱར་ལས་རིམ་ནུམས།

རབ་རྒྱ་གསལ་བར་འདིར་བསྐྱབ་བྱ།

དེ་ལ་སྤྱིར་བཏགས་གཏིང་ཐང་དང་སོ་སོ་ལས་བྱུང་བའི་བྱུགས་ཤིང་ཆེན་པོའི་ཚོས་སྒྲོར་མཐུང་
ཡས་པ་དག་མཆིས་མོད་ཀྱི། འདི་ནི་ཚོས་དབང་རྒྱུ་པོ་ཆེ་བའི་གཏིང་ཐང་ལས་བྱུང་བའི་བྱུགས་ཤིང་
ཆེན་པོ་ཡང་སྤྱིར་འདུས་པ་ཡི་ཤེས་རིག་པ་མཆོག་གི་རྒྱུད་ལས་ཇི་ཉར་གསུངས་པ་བཞིན་གྱི་དབང་
བསྐྱར་བའི་ལས་རིམ་ཁྱིམ་ཆགས་སུ་སྒྲོན་པར་བྱེད་པ་ལ་སྒྲོན་འགྲོ་དངོས་གཞི། རྩེ་དང་
གསུམ་གྱི་སྒྲོན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ། ཐོག་མར་སྒྲོན་འགྲོའི་རིམ་པ་ལ། དེ་ནི་སྒྲོན་དཔོན་མཆོན་ཉིད་
དང་ལྟན་པས་ཡིད་དང་མཐུན་པའི་གནས་སུ། སྤྱི་ཐུང་ལྟ་བུ་དང་གྲོགས་འཁོར་སོགས་སུ་བསྐྱབ་སུམ་
ཚོགས་པ་དང་། དུས་ཚོས་བཟང་པོ་ལ་བབས་པའི་ཆོ། སའི་ཆོ་གསུམ་པར་སྒྲོན་པ་གཞན་ནས་
འབྱུང་བ་ཉར་བྱ་བའམ། ཡང་ན་མདོར་བསྐྱབ་ཏེ། སའི་ཉར་མོ་ལྟ་བུ་པར་གནས་པའི་ཆོ་ག་དང་།
དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲོགས་བྱ་བཞིན་པ། ཆག་ཆག་དང་ཐོག་ཚོན་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པ།
སྒྲོན་དགོད་པ། ལུས་པ་སོགས་སྤྱི་ཐུང་ཉིད་དབང་རྩེ་མངའ་གསོལ་བའི་ལས་རིམ་དང་བཅས་པ་

ནམས་ཤིན་ཏུ་རམ་ལེད་བརྒྱ་རྩ་མཛད་པའི་གཞུང་ལྷན་བྱེད། གྲུབ་དུག་ཡིས་སུ་འོས་པ་དང་འབྲེལ་
ལས་དེད་ག་གི་ཕྱག་ལེན་ནམས་ཀྱང་འདི་ཉིད་ཀྱི་ཡིས་སྐྱབ་གཞུང་དང་། ཕྱག་ལེན་མཐོང་བ་བརྒྱད་པ་ལྟར་
ཚུལ་ལྟར་སྒྲུའོག་མ་སུ་ཆུད་པར་བྱས་ཏེ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་དབུ་མ་སྤེལ།

[illegible]

གཞན་ཡང་། ལས་བྱུང་དང་། དམ་ཆོག་ལའང་ཁྱུ་འདྲ་ཆོས། བེ་རྟོག་ཅོད་པ་བཤེད་པའི་
ཡོ་བྱེད་དང་། ལྷན་དང་དམར་པོ་ལ་སོགས་པ་དང་། སྤྱི་བདག་མཆོད་པ་སྒྲུབ་པ་གཏོར་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་
རྒྱས་པར་བཤམས་པ། སྤྱི་ལས་གྱི་གཞུང་བསྐྱར་བའི་རིམ་པ་མཐུན་དག་དང་། ཆོས་རྒྱུད་གྱི་བསྐྱར་གསོ་

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོང་འདུལ་པའི་དབང་བསྐྱར་གྱི་ལས་རིམ་རིམ་ལྔ་རྒྱུ་ཡི།

བཟུམ། སྤྱད་གཏོར་གྱི་ཚོ་གས་བཞག་སྤྱངས། སྤྱང་མའི་འཁོར་ལོ་བསྟོན། ལུའ་སྤུལ་ནས་བྲམས་
མཚམས་སྤྱོར་གྱི་ཚོས་འདི་ལྟར་འཆད་པར་བྱལོ།

ནམོ། བདེར་ག་ཤེགས་སྟོབ་མར་སྤྱར་པ་གང་སྤྱད་ག།
ལམས་གསུམ་འདི་ན་གནས་པ་ཀུན་གསོན་ཅིག།
དང་འདིར་སྟོན་པས་ཚོས་གྱི་ཆར་འབབས་གྱི།
གང་དག་ཉན་པར་འདོད་པ་འདིར་ག་ཤེགས་ཤིག།

ནམ་དག་ལམ་ཆེན་ཀུན་སྟོལ་འདིར།
སྐལ་ལྷན་གང་ཞིག་སྤྱུ་ཞུགས་པ།
འོར་སྤྱོད་ཆེན་འོད་འཕྲོ་བ།
ངེས་པར་འཆར་གྱིས་བརྩོན་པར་གྱིས།

དེ་ཉིད་སེམས་གྱི་མེ་ལོང་སྟོ།
མཛོད་སྤུམ་གསལ་བར་རྟོགས་མ་ཐབ།
འཕྲོ་བའི་ལུས་ལ་སངས་རྒྱས་ཡིན།
དེ་ཕྱིར་ཕྱེ་གཅིག་ཡིད་གྱིས་ཉེན།

༥ བཟུམ་ལའ་དང་མཉམ་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བླ་མེད་རྫོགས་པའི་
བྱང་ཆུབ་གྱི་གོ་འཕང་དམ་པལ་དགོད་པར་བྱ། དེའི་ཆེད་དུ་ཚོས་ཉན་སྟོན་པའི་ལུས་
པའི་བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་ལྡན་པས་གསལ་འཆལ། དེ་ལའོ་སྟོལ་ནམས་

ཐུན་སྒྲུལ་ཚོགས་པའི་དལ་འབྱོར་རིག་པ་ཆེ་མཁུ་དུས་པའི་མེ་ཏྲག་ལྟ་བུ་ཐོབ་ཅིང།
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་དེ་མེད་དང་མཁའ་ཤས་ནས་དམ་ཚེས་སྦྱོང་པའི་སྒྲོན་ཟུང་དུ་སྒྲུབ་པ་འདི་
 དོན་དང་ལྡན་པར་བསྒྲུབ་དགོས་པ་ལགས་ཏེ།

ཇི་སྒྲུབ་དུ། རྒྱུ་ཆེར་ལོ་པའི་མདོ་ལས།

སངས་རྒྱལ་འབྱུང་དང་དལ་འབྱོར་དང།

དད་དང་ཚེས་ཉན་དམ་པ་དང།

དེད་ག་ཐམས་ཅད་དེད་ཆེད་ཀྱི།

བག་མེད་མ་ལུས་ནམ་པར་སྤང།

ཞེས་པ་དང།

བསྒྲུབ་བརྟམ་ལས།

མི་ཁོམ་བརྒྱད་སྦྱོང་ཁོམ་པ་ཡི།

དམ་ཚེས་རྒྱུན་དང་ལྡན་པ་ལ།

སྒྲིམ་བུ་ཆེན་པོའི་སྦྱོང་པ་ཡིས།

ཚོ་འདིར་འབྲས་བུ་བསྒྲུབ་པར་རིགས།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མ་འབད་ན། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པའི་རང་
 བཞིན་ཡིན་ཕྱིར་ལོང་མེད་དུ་འཆི་བའི་རྒྱུ་སྒྲིམ་འབྱེར་བར་དཔེ་ཤིང། ལེ་ལོ་ཅན་
 བླམས་འབྱོང་དགོས་པའི་དུས་བྱུང་ཆེ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཏེ།

འདུལ་བ་ལུང་ལས།

བསགས་པ་ཀུན་གྱི་མཐའ་ཟད་ཅིང་།

མཐོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་མཐའ་ལྟུང་འགྱུར།

སྤང་བའི་མཐའ་ནི་འབྲལ་བ་སྟེ།

གསོན་པའི་མཐའ་ནི་འཆི་བ་ཡིན།

ཞེས་དང་།

རིམ་བྱུང་བས་བསགས་པའི་སྤང་ཕྱི་ནི།

དོན་མེད་མི་ཡིས་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་པ་བཞིན།

སྟེ་བོ་མ་རབས་སྤྲིག་པས་བསགས་པའི་ནོར།

ཤི་ཆོ་ག་ཞན་གྱི་ལོངས་སྤྱོད་ཉིད་ལྟུང་།

ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཆི་བའི་ཆོ་དམ་པའི་ཆོས་འབའ་ཞིག་ལས་གཞན་གང་
གིས་ཀྱང་མི་པན་པ་དང་། ཤི་བ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་འཁོར་བ་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྐྱེས་
བསྐྱེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་བདེ་བའི་གོ་སྐབས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མེད་དེ།
དཔྱུལ་བ་ལ་ཆ་གང་། ཡི་དྲགས་ལ་བ་ཀྱིས་སྒྲིམ། དུད་འགྲོལ་བ་ཀོལ་སྤྱོད།
མི་ལ་སྐྱེ་ན་ན་འཆི། ལྟ་མ་ཡིན་ལ་འཐབ་ཅོད། ལྟ་ལ་འཕོ་ལྟུང་གི་སྐྱེས་བསྐྱེས་ལ་
སོགས་ཏེ་ཁམས་གསུམ་རིགས་དུག་མཐའ་དག་སྐྱེས་བསྐྱེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་
དང་རྟེན་དང་འབྱུང་ཁུངས་ཉིད་ལྟུང་པ་ཡིན་ཟིན། འཁོར་བའི་གནས་ལས་ཐར་
བའི་ཐབས་ལ་འབད་འཆལ་ཏེ།

མདོ་ལས།
 འཁོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་བ་ལས།
 སྐྱེ་བའི་སེམས་ནི་བཟུང་བ་སྐྱེད།
 ཁམས་གསུམ་བཙོན་འཛིགས་པ་ལ།
 བཙོན་པའི་སེམས་ཀྱིས་སྒྲོང་བར་བྱ།

ཞེས་པ་སྟེ། འཁོར་བ་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐྱེ་བའི་དགོ་བའི་ལས་སྒྲུབ་ནི་ད་
 སྐབས་ཚུན་ཆད་ལ་འཛིན་བཀུར་བ་དང་། ཐར་བ་དམ་པའི་སྐྱེ་དགོ་བའི་ལས་སྒྲུབ་ནི་ད་
 སྐབས་ནི་འགྲུབ་ལ་འབད་དགོས་ཏེ།

ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཚོམས་ལས།
 སྐྱེ་བ་ཆུང་དུ་ཅམ་གྱིས་ཀྱང་།
 འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉེས་པ་དང་།
 སྤང་བྲོལ་ཆེན་པོ་བྱེད་འགྱུར་ཏེ།
 ཁོང་པར་སོང་བའི་དུག་བཞིན་འོ།
 བསོད་ནམས་ཆུང་དུ་བསགས་པས་ཀྱང་།
 འཛིག་རྟེན་པ་རོལ་བདེ་བར་འདྲེན།
 དོན་ཆེན་པོ་ཡང་བྱེད་འགྱུར་ཏེ།
 འགྲུན་མས་སྤྱོད་སྤུམ་ཚོགས་པ་བཞིན།

ཞེས་གསུངས་པས། རྒྱུ་འབྲས་ཀྱི་སྤངས་བྲང་དང་ཐར་པ་དམ་པའི་བྱང་ཚུབ་
 སྤྱབ་པའི་ཐབས་ལ་འབྱུང་དགོས་པ་ལགས་ཤིང་། དེ་སྤྱབ་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་
 ལམ་གྱི་མཆོག་ཏུ་སྤྱར་པ་ནི། མདོ་སྤྱི་ལྟར་ན་པ་ལོ་ཏུ་སྤྱིན་པ་དུག་དང་། གསང་
 རྒྱགས་ལྟར་ན་སྤྱིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཏེ། དེ་གཉིས་ཀ་འབྲས་བུ་སངས་
 རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཐབས་སུ་གཅིག་ཀྱང་། ལམ་ལྟར་བྱུང་སོགས་བྱུང་ཆོས་དུ་མའི་སྒོ་
 བས་རྒྱགས་ཀྱི་ཐེག་པ་མཆོག་ཏུ་ཟབ་པར་གསུངས་ལ། དེའི་འདུག་སྒོ་ནི་སྤྱིན་བྱེད་
 ཀྱི་དབང་ཉིད་ལ་རག་ལས་པ་སྟེ། དབང་བསྐྱར་ཚུལ་བཞིན་མ་ཐོབ་པར་གསང་
 རྒྱགས་ཀྱི་ཆོས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཅེས་ཡང་ཉན་པ་དང་སྤྱོད་པའི་སྐལ་བ་མེད་ཅིང་།
 ལྟ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱབས་ཀྱང་འགྲུབ་པར་མི་འགྱུར་ལ། དབང་བསྐྱར་ལེགས་པར་
 ཐོབ་སྤྱིན་ཆད་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་གང་དང་གང་དག་ལ་སྤྱོད་ཀྱང་འབྲས་བུ་
 ལྟར་དུ་འབྱུང་ཞིང་བྱང་ཚུབ་ཀྱིས་བོན་ཐེབས་པ་ཡིན་ཏེ།

རི་རྒྱུད་དུ། དཔུང་བཟང་གི་རྒྱུད་ལས།
 གང་ཞིག་རིག་རྒྱགས་དབང་བསྐྱར་ཆོ་ག་མོད།
 གང་དག་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་ནི་མི་ཁྱགས་དང་།
 གང་དག་བྱང་ཚུབ་སེམས་ནི་མ་བསྐྱེད་པ།
 དེ་ཡི་གསང་རྒྱགས་བཟླས་ན་མུང་བར་འགྱུར།
 ཞེས་དང་།

གསང་སྟོང་གི་རྒྱུད་ལས།
 སྒྲོབ་དཔོན་མཉམ་པར་མ་བྱས་ཤིང་།
 དབང་ནུམས་ཐོབ་པར་མ་བྱས་པར།
 ཉན་པ་ལ་སོགས་བརྩམ་པ་ནི།
 འབྲས་སུ་མེད་ཅིང་བདུག་པར་འགྱུར།

ཞེས་སོགས་དབང་མ་ཐོབ་པའི་སྒྲོན་དང་། ཐོབ་པའི་མནའ་ལྟོན་ཡང་།
 གསང་བ་མཛོད་ལས།
 དབང་བསྐྱར་ཡང་དག་སྒྲིབ་ལྟོན་པ།
 སྒྲིད་དང་སྒྲིབ་དབང་བསྐྱར་འགྱུར།
 དེ་ཡིས་སྒྲིབ་བདུན་ནས་ནི།
 མ་སྒྲོམ་པར་ཡང་དངོས་སྒྲུབ་ཐོབ།
 ཅས་དང་།

དོན་ཐོབ་པའི་རྒྱུད་ལས།
 དབང་བསྐྱར་བཞི་གཙོ་བོ་སྟེ།
 དངོས་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་ཡང་དག་གཞུང་།
 དེ་སྤྱིར་ཐོག་མར་དབང་དག་བྱ།
 ཞེས་དང་། གཞུང་ཡང་།

དབང་ཕྱོད་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ཉིད།

ཆོ་འདིར་བསམ་པ་ཀླུ་འབྱུང་ཅིང་།

སྤྱི་མ་མཛོད་པར་རྫོགས་འཆང་རྒྱ།

ཞེས་སོགས་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་དབང་དེ་དག་ལྟ་དང་དཀྱིལ་
འཁོར་གང་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྐྱར་བའི་རིམ་པ་ནི། གསང་སྤྲུག་སྤྱི་ནང་དང་
རྒྱུད་སྤྱོད་པོ་ཤིག་གི་རིམ་པ་མཐའ་ཡས་པ་སོ་སོའི་ལུགས་ཀྱི་དབང་གི་ནུས་བྱུངས་ཀྱང་
དཔག་ཏུ་མེད་པ་མཆིས་མོད་ཀྱི། སྐབས་འདིར་ནི་འཕགས་མཆོག་ཐུགས་ཐེ་ཆེན་
པོའི་དབང་བསྐྱར་བཟུང་མོ་འབྱུང་བའི་སྐབས་ལ་བབས་པ་ལགས་ཤིང་། ཐུགས་ཐེ་
ཆེན་པོའི་ཆོས་སྒྲོར་ལ་ཡང་སྤྱི་མཛོད་ལུགས། བང་སྤྲུག་སྤྱུགས། གསང་བ་མཐོང་
དག་གི་ལུགས་ལ་སོགས་པ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པའི་ནང་ནས། འདི་ནི་གསང་
སྤྲུག་ནང་པ་ནུས་འབྱུང་བླ་བུ་མེད་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལུགས་ལྟར་ལས། སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་
པོ་བླ་འབྱུང་གནས་ཀྱིས་ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོ་ཡེ་ཤེས་རིག་པ་མཆོག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་དཔོངས་
པ་མཐོང་དག་ཏུ་བཀོལ་བའི་ལུང་ལྟར་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཉིད་གང་ལས་བརྒྱུད་ཚུལ་
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དབང་དུ་བསྒྲིམ་ན། དུས་གསུམ་རྒྱུ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་མེས་ཁྲབ་
བདག་ག་དོད་མའི་མགོན་པོ་དཔོན་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ཀླུ་བཟང་པོ། རང་བཞིན་ལོངས་
སྟོང་རྫོགས་སྤྱི་བདག་ཉིད་དུ་ག་པོ་དེ་ཆང་ཆེན་པོ་ཉིད། ནུས་པ་ཐུགས་ཐེ་སྤྱུ་

པའི་སྐྱེའོ་དང་པག་ཏུ་མེད་པ་མཚན་དཔེ་གཟི་བཙེད་ཀྱི་སྐྱེད་པོ་མཐའ་ཡས་པའི་སྐྱེར་
བཞེད་ས་ནས། བདེ་བཅུག་གི་ཞིང་ཁམས་ནམ་པར་དག་པ་རང་སྤང་ལེ་ཤེས་ཀྱི་པོ་
བྱང་རྒྱ་ཆད་ཕྱོགས་སྤྱང་དང་བྲལ་བའི་གནས་སུ། ཉིད་ལས་མི་གཞན་པའི་ལ་ཁོར་
ཚོགས་སྐྱེལ་པའི་དྲིལ་ལ་ཁོར་ཆེན་པོ་ལ་ཚེས་ཀྱི་ནམ་གངས་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་རྒྱུན་མི་ཆད་
པ་དུས་གསུམ་དུས་མེད་རྟག་པ་རྒྱུན་གྱི་ལ་ཁོར་མོར་སྟོན་པའི་དང་ནས། གཏུལ་བྱ་
དང་ལདུལ་བྱེད་གཉིས་སྤང་མཚན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་མི་མང་ལ་ཡང་། ཐུགས་རྗེ་སྐྱེ་
མའི་ནམ་མེད་ཀྱི་སྐྱོས་གར་ལས་འགོ་བའ་འདྲེན་པའི་དེད་དཔོན་དུ་འཕགས་པ་སྐྱེན་རས་
གཟིགས་ཐུགས་རྗེའི་བདག་ཉིད་དུ་སྐྱེས་ལ་བའི་རྩུལ་མཛོན་པར་འདུ་མཛད་ཅིང་།
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་ཡང་དོན་དམ་པར་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་ནམ་དུ་བྱེད་མེད་ཀྱང་། ནམ་པ་
སྤང་ནས་བཅུའི་བྱང་མེས་ཀྱི་ཚུལ་བཟུང་ནས་སངས་རྒྱུས་བྱེད་པ་ཕྱག་བརྒྱ་དཔྱི་བཞི་
སྟོང་གི་སྐྱེན་སྤར་བྱང་ཚུབ་མཚོག་ཏུ་ཐུགས་བསྐྱེད། ཇི་སྟོན་ནམ་མཁའ་མ་ཟད་ཀྱི་
བར་དུ་བདག་གི་སྐྱེལ་པའི་སྤྱིན་ལས་མི་ཟད་པས་འགོ་བའ་མཐའ་དག་གི་སྐྱབས་དང་
མཐོན་དང་དཔུང་གཉིས་དུ་སྐྱུར་ཅིག།

ཅེས་པའ་མོགས་པ་སྟོན་ལམ་རྒྱབས་པོ་ཆེ་བརྒྱ་ཕྱག་བཏབ་ནས་དམ་བཅས།
ཕྱོགས་བཅུའི་སངས་རྒྱུས་དེད་གཤམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་དབང་བསྐྱུར་བྱིན་རྒྱབས་ལུང་
བསྟན་དཔུགས་དཔུང་གཟིངས་བསྟོད་ཅིང་རྗེས་སུ་གནད་བརྒྱ་ཆེ་ར་མཛད་པའི་མཐུས།

པ་སྤྱི་མདོ་དང་བསྐྱེད་པའི་ཆ་ལུགས་དང་། འཛིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་རྒྱལ་བ་རྒྱུ་མཚོ།
འཁོར་བ་དོད་སྤྱུག་། གསང་བ་འདུས་པ། སེམས་ཉིད་ལ་གསོ། ཡེ་ཤེས་འོད་
མཚོ་ག། ཡལ་སྤྱིད་འདུས་པ་ལ་སོགས་ནད་གསང་སྤྱུགས་དང་མཐུན་པའི་སྤྱུབ་སྒྲུབ་
སོ་སོ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་གྱི་སྤྱི་བཀོད་པ་དང་མཚན་གྱི་ནམ་གངས་གཞལ་དུ་མེད་
པའི་ཐུགས་རྟེན་སྤྱི་ལ་ཕྱལ་བས་མ་གྱིས་མི་བྱུང་པའི་སྤྱི་ལས་ཀྱི་ཚད་ནི་སངས་རྒྱུས་
ཀྱིས་ཀྱང་བཟུང་དུ་མེད་པ། སོ་སོ་སྤྱི་བའི་བསམ་བཞིན་གྱི་ཡུལ་དུ་གཤམ་འབྱུང་རྟེ་
དཔག་ཏུ་མེད་པའི་ཚོས་ཉིད་དོ།

དེ་ལྟར་བྱའི་ཐུགས་རྟེན་འདམགས་པ་སྤྱི་བའི་གཟིགས་དབང་ཕྱུག་
གང་དེས། སྤྱིར་བསྐྱེད་པ་སྤྱི་གས་མའི་འགྲོ་བ་དམུ་ཚོད་གཤམ་བར་དཀའ་བ་
ནམས་དང་། བྱུང་པར་བདུད་དང་ལྷ་སྤྱུགས་ལོག་འདྲེན་གཤམ་པ་ཅན་དང་། གཞོད་
སྤྱི་ནམས་ལོག་དམ་སྤྱི་ལ་རུངས་དེགས་པ་ཅན་གྱི་རིགས་ཚོགས་ཞི་བས་མི་ཐུལ་བའི་
གཤམ་བྱ་ནམས་སྤྱི་ལས་དག་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཚར་གཅོད་རྟེན་འཛིན་གྱི་སྤྱི་ནམས་
གཤམ་བར་བྱ་སྤྱིར། དཔལ་ཆེན་ཏུ་མ་གྱིན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་དང་ཐམ་མི་དད་པའི་རིག་
འཛིན་ཆེན་པོ་བདུ་སྤྱི་ལ་མའི་སྤྱིར་སྤྱིལ་ཏེ། སྤྱིལ་མངའ་གྱི་རི་མས་མ་གསོ་བར་མེ་
རྟོག་བདུ་ལི་སྤྱི་དོན་ལས་རང་བྱོན་ཞིང་སྤྱི་འཆི་བཞེས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱི་ནམས་དང་བྱུལ་བ།
གསུང་མི་འགགས་ཚངས་པའི་དབྱུངས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་གསང་སྤྱུགས་ཟབ་མོའི་ཚོས་

ཆར་འབབས་པ། ཐུགས་རྗེ་དབྱིངས་མཁའ་ལྟར་དག་པའི་གྲོང་ནས་བྱིན་ལྔ་བས་
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཟིགས་པ་བྱོལ་ནས་རིས་མེད་པས་འགྲོ་བའི་ཁལ་གྱི་འཁྱུར་བར་མཛད་
པའི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་དང་འབྱུང་གནས་དེ་ཉིད། བོད་ཡུལ་ལུག་པའི་སྤྱི་དུང་ཆོས་
ཀྱི་སློབ་མེས་རབས་ལལ་མཐོང་གསུང་ཐོས་ཀྱི་སྐལ་ལྷན་ནམས་ཆོ་གཅིག་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་
ལམ་ལ་བཀོད། ལྷ་སྤྱོད་གདུག་པ་ཅན་ནམས་བརྒྱལ་ནས། མཐའ་འདུལ་ཡང་
འདུལ་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འདུལ་རབ་གནས་མཛད། རིག་གཤམ་བཞུག་
གནས་ཀྱུན་ཁབས་ཀྱིས་ཉི་ལེར་བཅགས་ཏེ་སྐྱབ་གནས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས།
ཟབ་མོའི་གཏིར་ཆེན་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་གཏིར་ཐུབ་བྱེད་དགུ་ཁྱིམ་ཤིང། དེ་དག་
གི་བདག་པོར་སྤྱལ་པའི་སྤྱི་མཆོག་ནམས་ལ། སྐལ་ལྷན་སྟོང་གི་བྱ་དགུ། རྗེ་འབངས་
ཉི་ཤུ་ཅུ་ལ། ལོ་རྒྱུ་བརྒྱ་དང་ཅུ་བརྒྱད་ལ་སོགས་ལ་སོ་སོར་མཁའ་ལུང་བསྟན་
ཞལ་གདམས་བྱིན་ལྔ་བས་བཀའ་གཏང་དབང་བསྐྱར་སློབ་ལམ་ལ་སོགས་ནམས་ཐོག་ཆགས་
སུ་མཛད་དེ། དུས་དང་གནས་ཡུལ་སོ་སོའི་སྐབས་ལ་བབས་ཆོ་ཟབ་གཏིར་གྱི་མཛོད་
བྲིས་ནས་སྟོགས་དུས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཡིད་བཞིན་གྱི་ལོར་བུ་རྟེན་པ་ལས་ཀྱང་ལྟ་
པའི་བཀའ་རིན་གྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་མཛད་ལ།

ཁྱད་པར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སྐོར་བརྒྱ་ཅུ་བརྒྱད་ཀྱི་ནང་ནས་མཆོག་ཏུ་
སྐྱུར་པ་ཡང་སྟོང་འདུས་པའི་ཆོས་སྐོར་འདི་ནམས་སྤྱལ་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱོད་ལྷན་བཅན་

ཉིད་ལ་ཚེས་ཀྱི་གཏིར་གཏང་ཅིང་ཕྱི་རབས་ཀྱི་དོན་དུ་གཏིར་ཤོག་ལ་བཀོད་ནས།
བསེལ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པའི་ནང་དུ་ཟུང་ཚེས་འདུས་པ་སྒྲོར་དགུ་དང་ཕྱི་བླ་བས་ཀྱི་རྟེན་རྒྱས་
མང་པོ་དང་བཅས་པ་ལྟ་བུ་གཏང་བཅུག་ནས་བཀོད་ཀྱི་ཕྱག་སྒྲུབ་པ་བྱུང་
སྒྲིས་བཏབ་ཅིང་། གཏིར་གཏང་སྒྲོལ་མཁར་ཚུ་དཔལ་གྱི་སྒྲུབ་པའི་དུ་གཏིར་
དུ་སྒྲིས། སྒྲུབ་དུ་ཚེས་སྒྲུབ་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་དག་པའི་སྒྲུབ་པ་བཅོ་ལྔ་བརྒྱད་པའི་མཐར་
གུ་རུ་རིན་པོ་ཆེ་ཚེས་ཀྱི་དབང་ཕྱག་ཏུ་སྒྲུབ་འབྱུངས་ཤིང་།

སྒྲིབ་གཏིར་ཁཆེན་པོ་བཅོ་བརྒྱད་དང་བྱུང་པར་འདི་ཉིད་ཀྱི་གཏིར་ཁ་བཞེས་
ནས་འབྲོ་བའི་དོན་སྒྲུབ་ཆེར་མཛད་པ་སྟེ། དཔེ་བླ་མ་བརྒྱད་པའི་རིམ་པ་མཐར་ཆགས་
ཀྱི་དབང་དུ་བསྒྲིབ། ཚེས་སྒྲུབ་དབང་མཐའ་ཡས། ལོངས་སྒྲུབ་ཐུགས་རྟེན་ཆེན་པོ།
སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ་ལྟར་གཏང་། ཚེས་སྒྲུབ་ཁྱིམ་ཁྱེད་ཆེན་པོ། གཏིར་སྒྲོན་གུ་རུ་ཚེས་
དབང་། སྒྲུབ་སྒྲུབ་སྒྲུབ་ལུང་། མངས་སྒྲུབ་དུགས་སྒྲོན་། མཚུངས་མེད་
མཉམ་སྒྲོན་། མཁས་སྒྲུབ་མཁྱེད་མཁས་། གུ་མཁྱེད་ཚེས་སྒྲུབ་མེད་ཟེར། མཉམ་
མེད་དཔལ་འབྱོར་དབང་ཕྱག་། རྩེ་བཅུ་ན་ཐམས་མཁས་གུ་རུ། རིག་འཛིན་ཆེན་པོ་
བསོད་ནམས་ནམས་སྒྲུབ། དཔལ་ཚུ་སྒྲོན་ཐུག་འཛིན། མཚུངས་མེད་ཐུག་འཛིན་
དོན། རིག་འཛིན་མཚོག་སྒྲུབ་ནམས་སྒྲུབ། རིན་ཅན་ཅུ་བའི་བླ་མའི་བར་དུ་ལེགས་
པར་བརྒྱད་པའི་དམ་ཚིག་གི་སེལ་མ་ཁྱགས་ཤིང་ཕྱི་བླ་བས་ཀྱི་སྒྲུབ་མཚད་པའི་
གདམས་པ་ཡིད་ཆེས་ཤིང་བྱུངས་བཅུ་བའི་ལོ་སྒྲུབ་དེ་ལྟ་བུ་ལགས། བརྒྱད་པ་དེ་

ལས་བྱུང་བའི་དབང་བསྐྱར་གྱི་རིམ་པ་འདི་ལ་སྟོན་འགྲོ་དངོས་གཞི་རྗེས་གྱི་ལས་རིམ་
 དང་བཅས་པ་ཡོད་པ་ལས། བདག་ཉིད་དོན་རྟོག་དཔོན་དཀྱིལ་འཁོར་དབང་རྗེས་
 སོགས་ཐམས་ཅད་བྱིན་ལྷན་ལུ་བྱ་བྱིར་དཀྱིལ་འཁོར་སྐྱབ་མཆོད་བཞུགས་
 པའི་རིམ་པ་ལ་སོགས་སྟོན་ལུ་འགྲོ་བའི་ལས་རིམ་མཐའ་དག་ལེགས་པར་སྐྱབ་ནས།
 དངོས་གཞི་སྟོན་མ་རྗེས་འཛིན་གྱི་སྐབས་ལ་བབས་པ་ལགས་ཆོ་ཐོག་མར་དཀྱིལ་
 འཁོར་དུ་འཇུག་པར་གསོལ་བ་གདབ་པའི་རྗེས་སྐྱོབ་འདི་བཞིན་གནང་བར་བྱ།

སྤྱི་མ་དོན་རྟོག་དཔོན་དགོངས།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ།

བདག་ཅག་འཇུག་ཅིང་བསྟོན་སྐྱབ་སྟོ།

གུས་པར་འཇུག་འདོད་སྟོན་པར་འཆོལ།

སངས་རྒྱལ་ཀུན་གྱི་རང་བཞིན་སྟོ།

སྟོན་དཔོན་ལ་ནི་བདག་སྐབས་མཆི།

སྟུག་བསྐྱེལ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོ་ལས།

གཙོ་བོ་བྱིད་གྱིས་བསྐྱེལ་དུ་གསོལ།

ཞེས་ཞུས་ཤིང་། སྤྱི་མས་ལན་བཏབ་སྟེ།

གྱི་མ་རྒྱལ་ལུ་བྱ་བྱ་ནམས་ཉིན།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདི།

ཀུན་གྱི་མཐོང་བ་མ་ཡིན་ཏེ།

དད་ལྡན་བྱ་མཆོག་ལགས་མཐོང་སྲིད།

སྐལ་ལྡན་བྱ་བྱེད་འདིར་ཞུགས་མཛོད།

ཉེན་མོངས་ཉེས་པའི་ཚོགས་སྤངས་ནས།

ཚོག་ཅིག་སངས་རྒྱལ་ལམ་སྦྱོར་བ།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐྱབ་དབང་གི།

དགྱིལ་འཁོར་འདི་མཐོང་ཐོས་པས་ཀྱང་།

ཁམས་གསུམ་འཁོར་བའི་གནས་ལས་གྲོལ།

དེ་སྦྱོར་བཀའ་བཞིན་སྐྱབ་བྱེད་དམ།

ཞེས་འདི་ཞིང། སྐར་ཡང་དེའི་ལན་དུ་རྗེས་སྒྲོས་མཛད་པར་ཞུ།

བྲམ་མཆོག་དད་དགྱིལ་འཁོར་གྱི།

ལྟ་ནམས་ལ་ཡང་ཐུག་འཆལ་ནས།

ཅི་གསུངས་བཀའ་ལས་བདག་མི་འདལ།

ཐར་པའི་ཕོ་བྲང་དམ་པ་རུ།

མགོན་པོ་བདག་ནི་གཞུག་པར་འཆལ།

ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་བོ།

དེ་ནས་གསང་སྤྲུག་གི་སྒྲིབ་དུ་བྱུང་བར་བྱ་བ་ལ། ཐུག་མོང་གི་སྐྱབས་སུ
འགྲོ་ཞིང་བྱང་ཚུབ་ཐེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་བཟུང་ནམས་ཀྱིས་རྒྱུད་རྒྱུད་དགོས་པའི་ཕྱིར།
མ་དུ་གྱི་ནམ་མཁའ་སྐྱབས་ལུལ་དཀོན་མཆོག་རིན་པོ་ཆེ་ནམ་པ་གསུམ་དང་སྒྲ་མ་
ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ཆོས་སྐྱེད་གི་ཆོག་ས་ཐམས་ཅད་འཇའ་འོད་ཀྱི་གྲོང་ན་ཞལ་མཛོད་
སུམ་དུ་ལམ་མེ་བཞུགས་པར་མོས་ཤིང་། ཐལ་སྐྱར་གུས་པ་དང་བཅས་པས་རྗེས་
སྒྲོས་འདི་བཞིན་མཛད་འཇམ་ལ།

དུས་གསུམ་སངས་རྒྱས་སྒྲ་མ་དང་།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ལྟོ་ཆོག་ས་དགོངས།

རྐང་གཉིས་གཙོ་བོ་སངས་རྒྱས་དང་།

ཞི་བ་ཆགས་བལ་དམ་པའི་ཆོས།

ཆོག་ས་མཆོག་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པ་དང་།

སྒྲ་མ་ཡི་དམ་མཁའ་འགྲོ་ལ།

འདི་བཟུང་སྒྲ་མེད་བྱང་ཚུབ་བར་།

སྒྲོ་གསུམ་གུས་པས་སྐྱབས་སུ་མཆི།

ཞེས་ལན་གསུམ་དང་། ཐེམས་བསྐྱེད་གི།

སྒྲ་མ་འཕགས་པའི་ལྟོ་ཆོག་ས་དགོངས།

འདི་བཟུང་བྱང་ཚུབ་མ་ཐོབ་པར་།

འགྲོ་བྱ་ག་མེས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ།

པ་མའི་འདྲ་ཤེས་ཅེར་གཞག་སྟེ།

མ་བཀལ་བ་ནམས་བསྒྲུལ་བ་དང་།

མ་གྲོལ་བ་ནམས་དགྲོལ་བ་དང་།

དབུགས་མ་བྱུང་བ་དབུགས་དབྱུང་ཕྱིར།

སྒྲོལ་པའི་བྱང་ཆུབ་མེས་པ་བསྐྱེད་དོ།

སྒྲོལ་གྱི་བདེར་ག་ཤེགས་རྒྱལ་བ་ནམས།

སྒྲོ་གསུམ་སྒྲོལ་ལ་གནས་པ་ལྟར།

འདི་བཟུང་འཁོར་བ་མ་སྟོངས་པར།

བྲམ་མེད་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་མེས་པ།

བདག་ཅག་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པར་བཤི།

པར་ཕྱིན་བྱ་ག་སྒྲོབ་སྒྲོལ་གསུམ་བཟུང་།

འགྲོལ་པ་པམ་པ་བསྒྲུབ་པར་བཤི།

ཞེས་ལན་གསུམ་དང་།

དེ་ནས་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་ཕོ་བྲང་གི་ཕྱོགས་བཞིར་སྒྲོ་བཞིའི་བྱང་ཆུབ་གསོལ་བ་
གདབ་པ་འདིའི་རྗེས་སྒྲོས་མཛོད་།

འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡི།
 དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་སྒྲིབ་བ།
 ཉེ་རུ་ཀ་དཔལ་རིགས་བཞི་པོས།
 ཤར་སྟོན་བྱུང་སྒྲིབ་པོ།
 ཚད་མེད་ནམ་བཞིས་དབྱེ་མཛོད་ལ།
 བདག་ཅག་ཡི་དམ་ལྟ་དང་སྒྲིབ།

ཅས་བཟོད་པའི་མཐར། དགྱིལ་འཁོར་གྱི་ཡེལ་བ་ཕྱེས་ལ། དེ་ལྟར་གསོལ་བ་བཏབ་
 པ་ལ་བརྟེན་ནས། སྒྲིབ་ཆེན་པོ་བཞིས་ཕྱགས་བཞིའི་སྒྲིབ་ཕྱི་ཏེ། བྱིད་རང་
 བླམས་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོའི་བར་ཁྲམས་སུ་བསྐྱོད་པའི་མོས་པས། མེ་རྟོག་གི་
 བྱིད་བདེ་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟ་ལ་ཕྱག་རྟེན་གྱི་ཚུལ་དུ་འབྱུལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་གྱི་
 ལྟ་ཐམས་ཅད་དོན་ལ་ཐད་དད་མེད་ཀྱང་གཞན་སྐབས་སུ་ཐུགས་རྗེའི་འདུལ་ཐབས་སྟེ་
 ཚོགས་ཕྱིར། གང་ཟག་སོ་སོའི་ཆོ་རབས་གྱི་ལྟ་སྐུལ་གང་ཡིན་བརྟག་དགོས་པས།
 བྱིད་རང་བླམས་ཕྱག་ཐལ་མོ་སྒྱུར་བའི་བར་དུ་མེ་རྟོག་བཟུང་ནས་བདེན་པའི་ཆོག་འདི་
 རྗེས་སྒྲོམ་མཛོད་པའི་མཐར་མེ་རྟོག་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོའི་ཐུགས་ཀར་འདུན་པ་
 གཏང་དེ་འདྲོར་བར་མཛོད་ཅིག།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ཕོ་བྱང་དུ།
 འབྲེལ་པའི་མེ་རྟོག་འདི་དོར་བས།

སྒྲོལ་ཁས་ལས་འཕྲོ་གང་ཡོད་པའི།
ཡི་དམ་ལྟ་ལ་བབས་པར་ཤོག།
ཕུའི་བླ་འཁྱིལ་།

འདི་སྐབས་སུ་སྒྲོལ་མ་བྱུང་བ་དང་། གཞུང་ཇི་ལྟ་བུའི་ཕྱག་ལེན་བཞིན་བྱེད་ན། སྒྲོལ་མ་ལ་སྐྱབ་
དར་དམར་པོས་དག་བཅིང་། ཚོམ་བྱའི་དགྱིལ་ལ་ཁོར་རྒྱུད་དུ་ཞིག་གོང་ཁས་ལྟ་སྒོལ་བྱས་པ་དེར། དར་སྐྱུལ་
སོགས་ལས་བཟོས་པའི་མེ་རྒྱ་ཅོད་པའི་འདྲོ་གཞུག་ཅིང་། སྒྲོགས་གང་ལ་བབས་པ་དོས་བརྒྱུད་ལ་དེ
དང་བསྐྱབ་པའི་གསང་མཚན་གང་གསལ་བ་དང་། རིགས་སོ་སོ་གང་ལ་བབས་པ་ལྟར་གྱི་དངོས་སྐབས་ཐོབ་ཚུལ་
ཞུས་ལུང་བསྟན་པར་བྱལ། གཤམ་ཏེ་སྒྲོལ་མ་ཆོག་ས་ཆེས་པས་དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་པར་སྐབས་ལ་མི་འབབ་ན།
བདམ་ཆོན་ཅམ་དུ། ཁས་འབྱུལ་སོགས་མེ་རྒྱ་སིལ་མ་དགྱིལ་ལ་ཁོར་གྱི་སྒྲོགས་སུ་གཏོར་དུ་གཞུག་གོ།

དེ་ལྟ་བུའི་མེ་རྒྱ་ཅོད་པ་དེ་ཉིད་དགྱིལ་ལ་ཁོར་གྱི་དབྱས་སུ་བབས་ན་མཚོག་
གི་དངོས་སྐབས་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཚོར་བས་ཀྱི་ལྟ་འདྲི་སྐྱེལ་བ་ཡང་གཙོ་མཚོག་
ཐུགས་མཛེས་པོ་ཉིད་ལགས་ཤིང་། དཀའ་བརྒྱུད་སྒྲིམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡི་དམ་
གྱི་ལྟ་འཕགས་པ་ཐུགས་མཛེས་པོ་ཁོ་ན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་དང་བསྐྱབ་ཅིང་སྐྱབ་
པ་སོགས་ལ་འབད་ན་ལྟག་པར་འགྱུར་སྐྱུར་གིང་བྱིན་གྱིས་བཟུང་བ་དང་འགྱུར་བས་ན།
རིགས་དང་མཐུན་པའི་གསང་མཚན་ཡང་ཐུགས་མཛེས་དང་དུག་ཕུལ་ཞེས་འཛིན་པར་ལུ།
དེ་བཞིན་དུ་མེ་རྒྱ་ཅོད་པར་དུ་བབས་པ་ཞུས་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་སྐབས་ཐོབ་པར་འགྱུར་

སྒྲུལ་ཤོར་ཆེ་ལོ་འོ་པ་དགོངས།
 བདག་ཅག་ཐོག་མེད་དུས་དག་ནས།
 ལ་རིག་ཉོན་མོངས་ལུན་པས་ལྡོངས།
 ཐབས་ལ་བས་ཐུགས་ཆེད་གསེར་ཐུང་གྱིས།
 ལ་རིག་སྒྲིབ་པ་བསལ་དུ་གསོལ།

ཞེས་གསེལ་བའི་མཐུན་སྒྲུབ་དང་ཡོད་པ་ཐུགས་ཀྱིང་། མེད་ཀྱིས་དབང་ལྷན་མའི་ཐུག་མཚན་གྱི་དོན་རྒྱུ་ལྟར་
མ་ཆུང་མཁའ་ལ་སྒྲུབ་དེའི་ཚུལ་དུ་བྱས་ལའ་དགྱིལ་ལ་ཁོར་བ་སྒྲུབ་པ་ནི།

ཁྱེད་ཀྱི་མ་འཇོག་མོ་དང་པའི་མི་གཤམ།
 ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་དུ་དབྱེ་བར་བྱ།
 དཀྱིལ་ལ་ཁོར་བ་ཟད་པོ་འདི་ལ་ལྟོས།
 མཐོང་བ་ཙམ་གྱིས་བསམ་མ་པ་ལ་ལྟོས།
 ཙུ་རྩོམ་པ་མེ་ཤལ་ཡེ་ཤེས་པ་ལྟོས།

གྲོ་སྐལ་པ་དང་ལྷན་པའི་རིགས་ཀྱི་བུ་ཆུམ་མ་ཉེན་ཅིག། །འདི་ལྟ་བུའི་
དགྱིལ་ལ་ཁོར་གྱི་ཁལ་མཐོང་བ་ནི་བསྐལ་པ་དང་གཉེ་མེད་པ་ནས་ཚོགས་བསགས་
བ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས། དེའི་སྤྱིར་ན་མིག་གི་དབང་པོ་མ་ཡེངས་པར་དགྱིལ་
ལ་ཁོར་དུ་སྟོང་ལ། རྣ་བའི་དབང་པོ་མ་ཡེངས་པར་ལེགས་པར་ཉེན་ཅིག་དེ་ཡང་
དགྱིལ་ལ་ཁོར་གྱི་དབྱིབས་སྒྱུ་བཞིར་བྱུང་བ་ནི་ཚད་མེད་བཞིས་འགྲོ་བའི་དོན་མཛད་

པའི་བདེའམ་རྟགས་སུ་མཆོན་པའོ། །ཁ་དག་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་ནི་ཡེ་ཤེས་ནམ་
ལྟའི་རང་བཞིན་དུ་མཆོན་པའི་བདེའོ།

དེ་བཞིན་དུ་ཕྱིན་ལས་ནམ་བཞི་མཆོན་པའི་སྒོ་བཞི། འདོད་ཡོན་ལྟོན་གྱི་
རྒྱལ་བྱུང་བའི་འདོད་ནམ། སྐུ་ལྟོས་སུ་རྟོགས་པའི་རྩིག་པ་ལྟ་རིམ། དངོས་གྲུབ་
ཟད་མི་ཤེས་པའི་རིན་པོ་ཆའི་ཕ་གྲུ་མཆོན་དཔེ་ཡོན་ཏན་གྱིས་མཛེས་པའི་བྱ་བ་བྱེད།
མ་རིག་ལུན་པ་སེལ་ཞིང་འགྲོ་དོན་ཆག་ཐོགས་མེད་པའི་ཤར་བུ་དང་མདའ་ཡབ།
འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད་ཀྱི་ཀ་བ། རྩུ་འབྱུལ་གྱི་རྟ་པ་བཞི་ཤེས་སྐྱེས།
དན་པ་ཉི་བར་བཞག་པ་བཞི་ཉི་བབ། སྟོང་པ་དང་སྟོང་རྩེ་བྱུང་དུ་འབྲེལ་བའི་རི་
དྲགས་པོ་མོ། ས་ལམ་རིམ་པ་བརྩ་གསུམ་རྩེ་གསུམ་པའི་ཆོས་འཁོར་བརྩ་གསུམ།
ཉོན་མོངས་པའི་གདུང་བ་ལས་སྐྱབས་པའི་ཆར་ཁེབས་སུབ་པ། ཐེག་པ་ཀུན་གྱི་རྩེ་
རྒྱལ་དུ་གྱུར་པས་དབུས་བྱུར་བུ་རིན་པོ་ཆའི་ཏོག་གི་མཆོན་པ། ཆོས་ཉིད་འབྱུར་བ་
མེད་པའི་འོག་གཞི་སྒྲོལ་གསེར་རྩོད་ཤིང་། འཁོར་བའི་སྐྱོན་གྱིས་མ་གོས་པས་བསྐྱེད་པ།
བདུད་ཀྱི་དབྱུང་འཛོམས་པས་རྩོད་ཤིང་པ། ཉོན་མོངས་ཆང་ཆོང་བསྐྱེད་ཅིང་མ་རིག་
ལུན་པ་བསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དབྱུང་བར་གྱུར་ཁང་འབྲིགས་པ་དང་བཅས་པ་ནི་
སྟོང་ནམ་པར་དག་པ་གཞལ་ཡས་ཁང་གི་དག་སྦྱར་ཡིན་ལ། དེ་ནི་བདུ་བརྩུང་ནམ་
པར་དག་པ་ཡེ་ཤེས་ལྟའི་བཞུགས་ཚུལ་ནི། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ལྟོ་བར་གདན་པ་རྩོ་
གི་སར་གྱི་དབུས་ན་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་བདག་པོ་བཙམ་ལྟོན་འདས་གཙོ་མཆོག་ཐུགས་

རྫོལ་པོ་ཡེ་ལ་ཡུལ་གསང་བ་ཡེ་ཤེས་དང་གཉིས་མེད་དུ་འབྱེད་པའི་དབུའི་གཙུག་
 བཞེད་དཔག་མེད་དང་། ཐུགས་ཀའི་དབུས་སུ་དཔལ་རྟེན་མཁྱིལ་དང་བཅས་བཞུགས་
 པའི་གཙོ་བོའི་གཡམས་སུ་སྤྲུལ་ནོར་བུ་འཛིན་པ་དང་། གཡེན་དུ་སྤྲུལ་མོ་གསང་སྤྲགས་
 འཛིན་མ། ལམ་ལ་སྒྲོར་བའི་མའི་འདབ་མ་དུག་ལ་བཅོམ་ལྷན་ཐུབ་པ་དུག་དང་།
 དེའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ལུ་ཁྱུང་དང་འཁོར་རིམ་པ་བཞིའི་དང་པོ་ལ་སངས་རྒྱུས་བརྒྱ། གཉིས་
 པ་ལ་ཉིས་བརྒྱ། གསུམ་པ་ལ་སུམ་བརྒྱ། བཞི་པར་བཞི་བརྒྱ་རྩ་ལྔ་བརྒྱ་བརྒྱ་ལ་
 པས་བསྐྱལ་བཟང་གི་སངས་རྒྱུས་སྟོང་ཚད་བར་བཞུགས་པ། དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲོ་
 བཞིར་བཟོ་རྒྱ་ལྔ་ཀྱུ་ཉེ་རྩ་ཀྱི་འགས་བཞི་སྒྲོ་སྒྲུབ་གི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པ་སྟེ།

དེསྟ་བུའི་ལྷོ་ཚོགས་ཐམས་ཅད་ཀྱང་སྒྲུ་སྒྲུབ་ལ་རང་བཞིན་མེད་པ་མཚན་དང་
 དཔེ་བྱ་དཀྱིད་པལ་དུ་འབར་ཞིང་རྒྱུན་དང་ཆུ་ལུགས་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ། གསལ་
 སྟོང་འཇམ་འོད་འབྱེད་པར་བཞུགས་པ་རྩལ་ལལ་མཛོད་སུམ་དུ་མཇམ་པའི་མེས་པ་
 དང་སྒྲོ་བརྒྱ་ཚོན་པོ་མཛད་པར་ལ།

དེསྟ་བུ་གསང་སྤྲགས་ཟབ་མོའི་དཀྱིལ་འཁོར་འདིར་ཞུགས་ཤིང་དབང་བསྐྱར་
 ཐོབ་པའི་ཕན་ཡོན་ལམ་པ་མཆིས་ཀྱང་། དབང་སྒྲོག་ནི་དམ་ཚིག་ལ་རག་
 པའི་ཕྱིར། གང་དག་འདི་སྟ་བུའི་ལམ་པ་མཛད་པར་ལྟོ་བ་དང་། སྒྲོ་དཔོན་
 གྱིས་གནང་བ་མཐོབ་ཅིང་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་མཞུགས་པ་རྩལ་ལལ་གྱི་མཛུན་དུ་སྒྲུབ་པར་མི་
 བྱ་སྟེ། གལ་ཏེ་བག་མེད་དུ་སྒྲུ་ཞིང་གསང་བའི་དམ་ཚིག་འཆལ་བར་སྒྱུར་ན།

བྱོང་ནི་མཁར་མེད་དོན་རྗེས་དཔྱད་པ་ཆེན་པོར་ལྷུང་ནས་ཐར་པའི་དུས་མེད་པའི་སྐབས་
བསྐྱེད་ཉམས་སྤྱོད་པར་འགྱུར་བས། དེས་ན་གསང་བའི་དམ་པ་ལ་གནས་ཤིང་།
དེ་ལས་ཅུང་ཟད་གྲུང་འདའ་བར་མ་བྱེད་ཅིག།

རུང་ཆོས་ཀྱི་ཆུ་ལ། མེད་ན་ལས་བུམ་གྱི་ཆུ་བྱུང་།

རྒྱུ་ འདི་ནི་བྱོང་གི་དམ་ཆོག་ཆུ།

དམ་ཆོག་ཉམས་ན་བསྐྱེད་པར་འགྱུར།

དམ་ཆོག་བསྐྱེད་ན་དོས་གྲུབ་ནི།

དོན་རྗེས་དཔྱད་ཆུ་འདིས་འགྲུབ།

ཨོ་བཟླ་མུ་དག་ཤ།

དོན་རྗེས་དཔྱད་པ་ཆེན་པོར་བཞག་ཅིང་།

དེ་དཔྱད་པ་ཆུ་མས་ཏེ་བྱོང་གི།

དོན་རྗེས་དཔྱད་པ་དེ་ལྟ་བུ།

དེ་ལས་རིམ་ལྔ་བ་བྱུང་བའི་བཀའ།

བྱོང་གིས་འདའ་བར་མི་རུང་དོ།

གཤམ་ཏེ་བཀའ་འདུས་ཉམས་པ་ན།

མཁར་མེད་དོན་རྗེས་དཔྱད་པ་ནས།

མཐོང་ཁྱེད་ཐར་པའི་དུས་མེད་དོ།

དེ་སྤྱིར་དམ་པ་མ་འདའ་ཞིག།

ཨོ་བཟླ་སྐུ་ལ་རྟེན་ཏེ།

དེ་ནས་ཡེ་ཤེས་དབབ་པའི་ཆེད་དུ་གསོལ་བ་གདབ་པའི་རྗེས་སྒྲོམ་འདི་
བཞིན་མཛད་པར་ལ།

རྗེ་བཙུན་བླགས་རྗེ་ཆེར་ལྟོན་པ།

དུས་གསུམ་བཞུགས་པའི་བླ་མ་དང་།

མཁའ་འགྲོ་རྣམས་དང་ཡི་དམ་ལྟ།

བདག་ལ་ཡེ་ཤེས་དབབ་ཏུ་གསོལ།

ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་གདབ་ཅིང་། སྒྲོམ་དང་པོལ་མོལ་སོགས་ཚགས་སྒྲུབ་དཔེ་བྱས་
ནས་དམིགས་པ་འདི་རྟོག་ཐོག་སྟེ། དེ་ནས་བླ་མ་དང་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོའི་བླགས་ཀ་
ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་པས་ཁྱེད་རང་རྣམས་ཀྱི་ལུས་ལ་ཐོག་པ་ཅའམ་གྱིས། ལུས་གདོས་
བཅས་རྣམས་སྒྲིབ་གྱི་ཕུང་བོ་དངོས་མེད་སྟོང་པར་སྒྱུར། རིག་པའི་ངོ་བོ་ཡི་གེ་རྫོང་དམར་
པོ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུར་པ་ལས་འོད་འཕྲོས། རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་མཆོད་པ་ལུལ། ཁམས་
གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲིབ་སྒྱུར། འོད་ཟེར་ཚུར་འདུས་ནས་རྫོང་ལ་
ཐིམ་པས་དེ་ཉིད་གནས་འཁྱུར་ཏེ། རྒྱ་དུང་གིས་ཁྱེད་རང་རྣམས་འཕགས་པ་བྱགས་
རྗེ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོང་འདུས་པ་སྒྲུབ་དོག་དམར་པོ་ཞལ་གཙོག་ཕྱག་གཉིས་གཡས་པ་དུ་
རྩ་གའི་བྲོང་བ་འཛིན་ཅིང་གཡོན་པ་དུ་དམར་པོའི་སྟོང་ན་བདུད་རྩི་བུམ་པས་མཆོད་པ་
བསྒྲུམས་ཤིང་འོད་སྒྱོད་རྗེས་སྒྲོམ་སྒྲིབ་ལུགས་དང་ལྟོན་པ། ཞབས་དོན་རྒྱུལ་གྱི་དང་།

གི་པད་ཟླའི་གདན་ལ་ཞུགས་པའི་པད་དུ་ཡུམ་ཡི་གོ་བྱུག་མ་དམར་མོ་གི་གྲག་དང་
 བོད་པའི་བདུད་རྩིས་བཀའ་བའཛིན་པས་ཡབ་དང་འབྲིལ་བ། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་
 གྱུ་གཟི་བརྩི་དཔོན་དུ་འབར་བའི་སྤྱི་བོར་འོད་དཔག་མེད་སྤྱུལ་སྤྱིའི་ཆ་བྱད་ཅན་ལ་ཉལ་
 གཞག་ཆེ་བུམ་འཛིན་པ་དང་། རང་གི་ཐུགས་ཀར་ཁོ་བོ་རྟ་མགིན་དམར་པོ་བྲག་
 གཡས་མེད་ལྗེ་གི་བེ་ཅོན་དང་གཡོན་པས་ཞགས་པ་བསྐྱམས་ཤིང་ཁོ་ཆས་ཡོངས་སུ་
 རྩོགས་པ་རྣམས་པར་གསལ་བས།

དེ་ལྟར་ལྟ་ནམས་ཀྱི་སྤྱི་བོར་ཨོྲ་དཀར་པོ། མགིན་པར་ཨྲུ་དམར་པོ།
 ཐུགས་ཀར་རྩྱ་ཐོན་པོ་དང་། དེའི་འོག་ཏུ་རྩྱེ་དམར་པོ་དང་བཅས་པ་ནམས་ལས་
 འོད་ཟེར་ལ་དོག་སྤྲུང་དཔག་ཏུ་མེད་པ་སྤྲོད་འོག་བྲུགས་མཆོམས་ཀྱུ་བྱུ་འབྲོས་པས།
 མངས་རྒྱས་བྱུང་མེམས་བྲལ་ཡི་དམ་ལའང་འགྲོ་ཆོས་སྤྲོད་གི་ཆོགས་ཐམས་ཅད་
 འཕགས་པ་ཐུགས་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་ལྟོ་ཆོགས་ཀྱི་ནམ་པར་བྱོན་ནས། བྱིད་རང་ནམས་
 ལ་སིབ་སིབ་ཐིམ་པའི་མོས་པ་ཅུ་གཅིག་མཛད་པར་ལུ། སྤྱོད་འདི་སྐབས་སུ་གུ་རུ་ཆོག་
 བདུན་གྱི་གསོལ་འདེབས་དང་། ཐུགས་རྒྱུ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་འདི་བསྐྱུ་བྱུ་ཆོག་
 དབང་པའི་མཐར་མེ་རྟོག་གི་ཆར་མཐ་སྟེ།

ཨོྲ་ཁ་ཉི་བདུ་རྩྱེ་རྩྱེ་ ལོ་གོ་ཤར་རྟ་བྱ་ཀྱི་གི། སམ་རིམ་ར། ཨེ་ཨེ་རམི།
 སམ་ཅོར་རྟ་རྩྱེ་རྩྱེ་རྩྱེ་ སམ་ལ་ཨྲུ་ཐེ་ཤ་ལ་ཨེ་ཨེ་ རྟེ་བརྩྱེ་རྩྱེ་

དེ་ནས་དངོས་གཞི་དབང་བསྐྱུར་བར་གསོལ་བ་གདབ་པ་འདི་འི་རྗེས་སྒྲོམ་མཛད་པར་ལ།
 དཀྱིལ་འཁོར་བདག་པོ་ལྟ་ལྟ།
 བདག་ལ་གསལ་བྱེད་དགོངས་སུ་གསོལ།
 བྱང་ཆུབ་དོན་རྗེས་སངས་རྒྱལ་ལ།
 ཇི་ལྟར་མཆོད་ཅིང་གསོལ་བ་ལྟར།
 བདག་ཀྱང་སྒྲོབ་པའི་དོན་གྱི་ཕྱིར།
 བཀའ་ལའི་དོན་རྗེས་དང་བདག་སྒྲུབ།

ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་ལ། ཐོག་མར་ཐུན་མོང་རིག་པའི་དབང་ལྟ་བུ་བསྐྱུར་བར་བྱ་བ་སྟེ། དེ་དག་གི་
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ཀྱི་གཞུང་ནས་གསལ་ཁམ་གསུངས་ཀྱང་། ཚེས་དབང་རིན་པོ་ཆེ་ནས་བཟུང་སྟེ་
 ལེ་རིག་འཛིན་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་བར་དུ་བྱུག་བཞེས་ལ་ཇི་ལྟར་མཛད་པ་བཞིན་དུ་འདིར་ཡང་བཀོད་པ་ཡིན་ཏེ།
 དེ་ལས་ཐོག་མར་མི་བསྐྱོད་པ་ཆུད་དབང་གི། བུམ་པ་འཕྲོགས་ལ་འདི་རྒྱ་དུང་མིགས་པ་སྣང་དེ།

དེ་ཡང་ཁམས་གསུམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བར་འབྱུངས་པའི་རྒྱ་
 རྒྱུན་གྱི་ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་བདག་ཏུ་བཟུང་གིང་འབྱུལ་བ་ལུ་གྲུ་རྒྱུ་དུ་སྒྱུར་པ་ལ་བརྟེན་ནས་
 འཁོར་བའི་རྒྱ་མཆོར་འབྱུངས་པ་ཡིན་ལ། ཕྱང་པོ་ལྟ་བུ་གནས་སུ་དག་པ་གི་རྒྱུལ་བ་
 རིགས་ལྟ་རིགས་ལྟའི་དོན་གྱི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ལྟ་ཡིན་པས། དེ་མཛོན་གྱུར་དུ་བྱ་བའི་
 ཐབས་ནི་རིགས་པའི་དབང་ལྟ་ལ་བརྟེན་དགོས་ཕྱིར། དང་པོ་གཟུངས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་
 གནས་སུ་དག་ཅིང་མེ་ལོང་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་མཛོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དམིགས་པ་
 འདི་བཞིན་བསྒྲུབ་པར་ལ།

ཨོྲཱ་བྲ་མ་ཤུ་རྩ་ལྔ་མཉམ་པའི་ཤུ་མ་ཤུ་རྩ་ལྔ་ཤིག་།

ཞེས་པའི་ཐུགས་བརྩོན་པ་ཙམ་གྱིས་ཁྱེད་རང་ནམས་ཀྱི་ཡུལ་ཁམས་སྐྱེམ་ཆེད་
 ཀྱི་འཛིན་རྟོག་མ་དག་པའི་དངོས་པོ་ཐུགས་ཅད་སྟོང་པར་སྦྱང་། སྟོང་པའི་དང་ལས་
 རྒྱུད་ཅིག་གིས་ཁྱེད་རང་ནམས་དེ་བོ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་ལ། རྣམ་པ་བཙམ་ལྟ་
 འདས་མི་བསྐྱོད་པ་སྐྱེམ་པ་དོག་སྟོན་པོས་གཞོན་མཉམ་གཞག་མཛད་ཅིང་ལོངས་སྐྱེའི་
 ཆ་བྱད་ཅན་དུ་གསལ་བར་མཛད་པའི་གནས་གསུམ་གྱི་ཡིག་འབྲུག་སུམ་ལས་འོད་
 འཕྲོས་པས། རང་འདུའི་ཡེ་ཤེས་མེས་པོ་དཔལ་སྤྱོད་དང་སྤྱོད་པས་གཉིས་མེད་དུ་
 ཐིམ་ཞིང་། སྤྱོད་པའི་འཕྲོས་པས་དབང་གི་ལྷ་མི་བསྐྱོད་པས་གཙོ་མཛད་པའི་རྒྱལ་
 བ་རིགས་ལྷ་འཁོར་བཙམ་མཉམ་པའི་སྤྱོད་པས་གཉིས་མེད་པར་ཤུ་མ་ཤུ་རྩ་ལྔ་ཤིག་།
 དབང་རྩལ་གྱི་དོ་བོ་མི་བསྐྱོད་པ་ལ་རྣམ་པ་བཙམ་ཆུང་ཆུང་གིས་ཁྱེད་རང་ནམས་ལ་
 དབང་བསྐྱར་ཞིང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པས། ཉོན་མོངས་པ་ཞེས་པའི་སྤྱོད་པས་གཉིས་
 བསྐྱབས་པའི་སྤྱོད་པས་གཉིས་མེད་པར་ཤུ་མ་ཤུ་རྩ་ལྔ་ཤིག་། མེས་པོ་ཤེས་མཛོན་དུ་བྱས། གཟུགས་
 ཀྱི་ཡུལ་པའི་རང་བཞིན་མི་བསྐྱོད་པའི་དོ་བོར་སངས་རྒྱལ་པའི་ཁུམ་པ་རྒྱུད་ལ་སྤྱོད་པའི་
 དེས་ཤེས་མཛད་པ་དང་།

དེས་སྤྱོད་པའི་དབང་རྣམས་བསྐྱར་བའི་དུས་སྟེ། སངས་རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ལ་མོགས་
 རིགས་ཀྱི་ཡུམ་རྣམས་ཀྱིས་རྗེ་རིན་པོ་ལྔ་སྤྱོད་པའི་ཡེ་ཤེས་བསྐྱོད་། སྤྱོད་

སྟོང་པའི་དབང་ལས་སྐད་ཅིག་གིས་ཁྱེད་རང་ནམས་བཅོམ་ལྡན་འདས་རིན་ཆེན་
 འབྱུང་ལྡན་མེད་པོ་མཆོག་སྤྱིན་དང་མཉམ་གཞག་མཛད་པར་གསལ་བའི་གནས་
 གསུམ་ལས་འོད་འཕྲོས་པས་རང་འདའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་བསྟི་མཁྱེད་། སྤྱིར་ཡང་
 དབང་གི་ལྟ་རིག་འབྱུང་གིས་གཙོ་མཛད་པའི་རྒྱལ་བ་རིགས་ལྡན་མས་ཀྱིས། དབང་
 རྣམས་ཀྱི་དོན་རིག་འབྱུང་ལ་ནམ་པ་དབུ་རྒྱུན་ཅོད་པའི་གྱིད་བད་བསྐྱར་བས། ཉོན་མོངས་
 པ་ད་རྒྱལ་གནས་སུ་དག་ཅིང་། མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མདོན་དུ་གྱུར་ནས།
 ཆོར་བའི་མུང་པོ་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་གྱི་དོན་མངས་རྒྱས་པའི་ཁུ་པ་རྒྱུད་ལ་འཛོག་
 པའི་ངེས་ཤེས་མཛད་པར་བྱ།

ཧྲི། དངེས་ཉིད་ཆོས་ལ་དབང་བསྐྱར་ཕྱིར།

རིན་ཆེན་དབུ་རྒྱུན་སྤྲོ་བ་མེད།

བདག་པོའི་དབང་རྒྱལ་རྒྱལ་བའི་སྤྱི།

ཅོད་པའི་དམ་པས་དབང་བསྐྱར་རོ།

རྩ་ལྷ་ཀ་ཏ་ཨ་ཁྱི་ཁྱི་ཧྲི།

ཞེས་དབང་བསྐྱར་ཁྱེད་།

ལྟ་ཡི་ཕྱོགས་ནས་བཀ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།

རིན་ཆེན་འབྱུང་གནས་བཀ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།

ཁེམ་བསྐྱར་ལ།

བྱད་གི་ཕྱོགས་ནས་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།

དོན་ཡོད་སྐབ་པ་བཀའ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟ།

དོན་ཡོད་ཐུབ་པའི་བཀའ་ཤིས་གང་ལེགས་པ།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

སྐུ་མཁའ་ལྷན་གྱིས་ཤིས་པ་བརྒྱུད་ཅིང་མེ་ཏྲུ་འཕྲོར་རོ།

དེ་ནས་འཁོར་ལོ། ལྷ་མ་སྒྲུང་གི་སྒྲུང་ལ། ཡང་ན་དོར་འཕྲིལ་གཞི་སྒྲུང་ལྟ་བུ་གྲགས་ལ།

ཨོྭ་སྐྱབ་ལྷ་གྲུང་། སྐྱབ་རྒྱུ་། སྐྱབ་ལྷ་གྲུང་ཡི།

སྐད་ཅིག་གིས་བྱིད་པ་དེ་ལྟར་འཛིན་ནས་ལྟོ་ལྟོ་བྱིད་པ་དེ་ལྟར་འཛིན་དགོས་པ་
པོ་བྱུང་ཆུབ་མཆོག་གི་ཐུག་ཀྱང་མཛད་པར་གསལ་བའི་འོད་གྱིས་ཡེ་ཤེས་པ་
བསྐྱེད་ཀྱིང་། དབང་གི་ནུས་སྒྲུབ་གཙོ་མཛད་པའི་རིགས་ལྔས། དབང་རྒྱུ་
གྱི་དོན་ནུས་སྒྲུབ་ལ་ནུས་པ་འཁོར་ལོས་དབང་བསྐྱུར་བས། ཉེ་མོངས་པ་གཏི་ལུག་
གཞན་སྐྱུ་དག་ཅིང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མཛོད་དུ་སྒྱུར། རྗེ་མིང་གི་དབང་
ཐོབ་པས་ནུས་པར་ཤེས་པའི་ལྷུང་པོ་བདེན་ག་ཤེས་ནུས་སྒྲུབ་གི་དོན་ལྟར་སྐྱབས་ཀྱིས་
སྐྱབ་པའི་ངེས་ཤེས་བརྟན་པོ་མཛད་པར་ལུ།

ཨོྭ་ རྩེའི་བདག་ཉིད་རྩེ་ཆེ།

དེ་རྩིས་པོ་བྲལ་བ་ཡིན།

ཞིང་ཐམས་ཀྱི་ཏུ་རབ་བྱགས་པའི།

དེ་ལྟར་མེད་ཀྱིས་དབང་བསྐྱུར་རོ།

བུ་རྒྱ་ལ་ཐུག་པའི་ཕྱི་ཕྱོད་ལྟོ་

ཁེམ་བསྐྱར་ལ།

དབུས་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་བཀའ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྟོ།།

ནུམ་པར་སྒྲུང་མཛད་བཀྲ་ཤིས་དོན་གྱི་ལྷ།

ཆུམ་དང་སྒྲིང་མཛོད་བཀྲ་ཤིས་གདམས་གསུང་།

བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དང་འདྲིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

སྐུ་མཁའ་ལྷོ་མཁའ་པ་བརྗོད་དོ།

དེལྟར་ཕྱི་ཐུན་མོང་རིག་པའི་དབང་ལྡན་སྐྱུར་བ་ལ་བརྟེན་ནས། སྐྱེད་བྱེད་སྐྱེད་པོ་ལྡན་དང་ཉེན་མོང་ས་དུག་ལྡན་གནས་སུ་དག། སྐྱེད་བྱེད་སྐྱེད་པོ་རིག་ས་ལྡན་དབང་རྩམ་ནས་པ་ལྡན་འི་རྩྱལ་གྱིས་དབང་བསྐྱུར་བས་བྱིན་ལྡན་དང་ལུས་པ་རྩུབ་པ་སྒྲིབ་ཞིང་དབང་དོན་དོང་བློང་། སྐྱེད་འབྲས་སྐྱུལ་ཡེ་ཤེས་ལྡན་དོན་མཛོད་དུ་འགྱུར་བར་བྱེད་པ་ལུགས་ལ་གསེར་འགྱུར་གྱི་རྩི་ཐོབ་ས་ལྟ་བུའི་ཟབ་གནད་ཡིན་པས། དེལྟར་ཐོབ་པའི་ངེས་ཤེས་མཛོད་པར་ཁྱུ་ལགས།

ཞེས་ཕུན་མོང་རིག་པའི་དབང་འདི་དག་ཁྱིཾ་མ་བཀའ་འདི་ག་ཅིག་ལྟར་མ་ཟད་སྤྱི་ཞེས་ཕུགས་
གསུམ་ག་དང་བཀའ་བརྒྱད་ལྟར་མཆོ་དབང་མོགས་ལལ་འདྲེས་པའི་ཕྱག་སྟེན་སྣ་དང་།

དེ་ནས་ཁྱེད་པར་གྱི་དབང་ཁུ་བའི་དོན་དུ་གསོལ་བ་གདབ་པ་འདི་འི་རྗེས་སྒྲོམ་མཛད།

སྒྲུབ་ལྟོགས་དགོངས་སུ་གསོལ།

བདག་ཉིད་སྒྲིབ་ཅིང་གྲོལ་བ་དང་།

སེམས་ཅན་ཀུན་གྱི་དོན་གྱི་ཕྱིར།

ཁྱེད་པར་དབང་ཞུས་བསྐྱར་དུ་གསོལ།

ཞེས་ལན་གསུམ་གསོལ་བ་བཏབ་པའི་མཐར། གཙོ་བོ་སྒྲུབ་པ། དེ་ནས་ཁྱེད་རང་ཞུས་ཀྱི་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ལྟོགས་སུ་ཡེ་གདོད་མ་
ནས་ཀྱང་ལྟོན་གྱིས་སྒྲུབ་པ་ལ། བོད་དུ་སྒྲོབ་དོན་གྱིས་གསལ་བཏབ་ཅིང་ཡེ་ཤེས་
པ་བཅུག་ཏུ་བརྟན་པར་བགྱིས་པས་ན། དེ་ཏུ་སྒྲོག་སུམ་ལྟའི་རང་བཞིན་ཉིད་ཡིན་
པ་ལ་ཡིན་པར་ཤེས་པའི་ངེས་ཤེས་མཛད་པ་དང་། བདག་སྒྲོབ་དོན་ཡང་འཕགས་
པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དངོས་སུ་མོས་པར་མཛད་ཅིང་། ལུས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱང་ཕྱི་ལུས་
པའི་ནུས་པ་འི་སྒྲིབ་གསུམ་མཚོན་པ་ཡིན་ཏེ། དབྱིབས་སྒྲུབ་པོར་སྒྲུབ་པ་ཚོས་སྒྲིབ་
སྒྲོམ་པ་མེད་པའི་བད་དང་། ཁ་རྒྱུན་ལག་ལ་ཆིངས་སོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་པ་འི་ལོངས་
སྒྲིབ་མཚོན་དཔེ་རྣམས་པ་དང་། ལུས་རྒྱུ་བདུད་ཅིང་ཆུ་འི་སྒྲིབ་སྒྲུབ་པོར་དོན་མཛད་
པ་མཚོན་ཏེ། ཕྱི་དབྱིབས་དེ་ཏུ་ལུས་ནང་ནི་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱི་འཁྱིལ་པའི་གཞུང་
ལས་ཁ་རྒྱུན་དང་བཀོད་པ་ཐུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ནང་དུ་འཕགས་པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་
པོ་གཙོ་བོར་སྒྲུབ་པ་དང་བཅས་པའི་ལྟོགས་བཞུགས་པ་འདི་ཉིད་ཁྱེད་རང་ཞུས་

ཀྱི་སྤྱི་བོར་བཞག་པ་ཙམ་གྱིས། ལྷ་ནམས་བདུད་རྩི་དེ་དང་བཞིན་དུ་མེར་གྱིས་ཁུ་ནས་
 བྱེད་རང་ནམས་ཀྱི་སྤྱི་བོའི་ཆངས་པའི་བྱ་གནས་བསྐྱེད་དེ་ལུས་ཀྱི་ནང་དུ་ཐམས་ཅད་
 བདུད་རྩིས་ལྟམ་གྱིས་གང། ཆོ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་ལུས་ཀྱི་སྒོ་ནས་
 བསགས་པའི་རྒྱུ་སྐྱབ་ཉམ་ལྷུང་ཐམས་ཅད་ཅུ་བ་ནས་བྱང་ཁིང་དག། །ལུས་ལྟའི་
 བསྐྱེད་རིམ་བསྒྲུབ་པ་ལ་དབང་འབྲས་བུ་སྤྱུལ་པའི་སྤྱུ་འབྲུབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ཐམས་
 དག་དུས་འདི་ཉིད་ནས་འགྲིག་པའི་མོས་པ་བརྟན་པོ་གནང་བར་ལུ།

རྩི་ ལུས་པ་སྒྲོམ་བུལ་ཆོས་སྤྱུ་རྩུམ།

བཅུད་ནི་ལོངས་སྤྱོད་ཡི་དམ་ལྟ།

སྤྱུལ་སྤྱུའི་བྲུས་ཀྱིས་མ་འགྲུབ་ལྟ།

ལྷ་དབང་ལུས་ལ་རྩོགས་སྤྱུར་ཅིག།

ཙམ་ཁྱིའི་དཔྱེ་རྩྱུ་རྩི་ ཀ་ཡ་ཨ་ཏྱི་ཉི་རྩྱུ་

ཞེས་བུམ་དབང་བསྐྱར་ཁིང། རོལ་མོ་འཛུང་དབྱངས་ལ་སོགས་པས་བྱིན་པ་བོ། །དེ་ནས་
 གསང་དབང་གི། ཐོད་པ་བདུད་རྩིས་བཀའ་བ་ཐོགས་ལ། དེ་ནས་ཡང་བྱེད་རང་ནམས་འཕགས་
 པ་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་བསྐྱེད་རིམ་གསལ་བཞིན་པའི་དང་ནས། ལུན་བསྐྱེད་ཀྱི་ལྷ་
 ཆོགས་ལ་བ་ལུམ་ཐབས་ཤེས་མཉམ་རོལ་གྱི་སྤྱོར་མཆོམས་ནས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་
 བདུད་རྩི་རྒྱུན་བབས་པ་མཆོན་ཀ་པ་ལའི་ནང་དུ་འབྲེལ་བ་བྱེད་རང་ནམས་ཀྱི་མ་གྲིན་
 པར་བཞག་ཅིང་སྤྱོད་དེ་དབང་བསྐྱར་བས། དག་གི་སྒོ་ནས་བསགས་པའི་རྒྱུ་སྐྱབ་

ཐིམ་པར་དམིགས། འོད་ཟེར་ཁམས་གསུམ་གྱི་མཁས་ཅན་རྣམས་ལ་འཕྲོས་པས།
 མཁས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་སྤྱད་ཁིང་འཕགས་པའི་སྒྲིབ་པ་གོ་འཕང་ལ་
 བཀོད་པར་དམིགས་ལ་ཡིག་དྲག་བཟ། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲིབ་པ་ལྟར་མཐའ་ཡས་ཀྱི་ཐུགས་
 ཀའི་ས་བོན་སྒྲགས་དང་བཅས་པའི་འོད་ཟེར་དམར་པོས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་ལ་
 མཆོད་ཅིང་གསུང་གི་དངོས་གྲུབ་བསྟུས། མཁས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དག་སྒྲིབ་སྤྱད་ས་
 བས་གསུང་གི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད། རྟེན་མཁྱིལ་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་མཐིང་གས་རྒྱལ་
 བ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་ལ་མཆོད་ཅིང་ཐུགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་བསྟུས། མཁས་ཅན་རྣམས་
 ཀྱི་ཡིད་སྒྲིབ་སྤྱད་སྟེ་འཕགས་པའི་ཐུགས་ཀྱི་གོ་འཕང་ལ་བཀོད་པར་བསམ་ཁའིང་ཡིག་
 དྲག་བཟ་བཞིན་ཕྱི་འོད་ལྟེན་པའོ།

ལྷ་གསུམ་གྱི་ཐུགས་ཀའི་འོད་ཟེར་རྣམས་སྤྱལ་པའི་འཁོར་ལོ་དང་མཆོད་ཆ་
 སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱི་ཆ་ཆ་འཕྲོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེ་དངུང་དང་བཅས་པ་འཛིན་ཏེ་བྱ་བ་ཁམས་
 གང་བར་འཕྲོས་པས། གང་དག་ཁི་བས་མི་ཐུལ་བའི་བདུད་བགོགས་ལོག་འདྲེན་
 བར་ཆད་ཐམས་ཅད་རྟུལ་དུ་ལྷོག་པར་དམིགས་ནས།

ཨོ་ཨུམ་ཧཱུྃ་ཧྲིཿ ཨོ་ཨུམ་ཧཱུྃ་ཧྲིཿ

ཅེས་ཡི་གེ་བརྩ་གཅིག་པ་དྲག་པོར་བཟ་བཞིན་གི་བཟ་བ་དང་གསང་
 བ་རྗེ་གས་རིམ་ལྟར་ན། རྒྱུད་འབྱུང་འཇུག་གནས་གསུམ་ཡིག་དྲག་དོན་རིམ་བཟ་

པར་ཡེ་ནས་ལྟོན་གྱིས་ཐུབ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ནང་དུ་རྒྱུབ་པ་ནི་མི་དང་ལ། ཁོང་དུ་
གནས་པ་ནི་ཉི་དང་པད། སྤྱིར་འབྱོབ་པ་ནི་མེ་དང་རྩྭ་རྩྭ་དང་བཅས་པ་རྒྱུན་ཆགས་
སྤྱིར་དུ་ལྷགས་གྱིས་འབྱུང་བ་ས་ན་ཚུལ་བཅས་ཀྱིས་བསྐྱེས་པ་ལ་རག་མ་ལུས་པ་སྟེ།
དེ་ལྟར་སྤྱི་ནང་གསལ་བའི་བསྐྱེས་པ་ན་མས་ལ་རྒྱུན་དུ་བཅུ་པར་མཛད་འཆལ།
འདི་སྐབས་སུ་སྒྲོ་བ་ཡེ་ཤེས་རིག་པའི་ཇོ་མཆོག་སྐུ་ཡང་བྱུགས། སྐུ་མས་སྤོང་བ་ཤོགས་པའི་སྤྱི་གཅིག་སྒྲོ་བ་
མས་བརྒྱུད་ནས་འདྲེན་ཞིང་ཡིག་དུག་གི་བསྐྱེས་ལུང་འཕྲོགས་པ་ཡང་ཐུག་བཞིས་སོ། །དེ་ནས་ཤེས་རབ་ཡེ་
ཤེས་ཀྱི་དབང་མཚོ་ན་བྱུང་མེ་ལོང་ཤོགས་པ།

དེ་ནས་ཁྱེད་རང་ན་མས་ཀྱི་སྤྱི་བའི་སྤྱི་དག་ལ་ཁར་རྩ་བའི་སྐུ་མཛོད་ཇི་ཇི་འཆང་
གི་ཆ་བྱུང་རུས་རྒྱུན་གར་རྒྱུབས་ཅན་ལ་དཔལ་བོ་ལ་ཁལ་འགྲོ་འཆོག་གས་ཀྱིས་བསྐྱེད་བར་
གསལ་བ་ལས་མོས་སྤྱི་སྤྱི་གཅིག་སྤྱི་དུང་ལྟོང་འཛིན་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་བར་ཡིད་
ཀྱིས་གསོལ་བ་བཏབ། སྤྱིར་དང་གི་སྤྱི་དག་རིག་པའི་དོ་བོ་རྩྭ་ཡང་(ཡིག་)མས་
མེ་རྩྭ་བྱུང་དུ་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གཅིག་ལ་སེམས་རྩ་གཅིག་གཏང་དེ་གཞན་དུ་སྤྱི་དང་
ཅིག་ཀྱང་མ་ཡིངས་པར་མཛད་ཅིག།

རྩྭ་ འཁོར་བ་ལྷུང་འདས་ཀྱུན་གྱི་གཞི།

རང་སེམས་རིག་ན་འཆིང་གྲོལ་མེད།

མེ་ལོང་ནང་གི་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན།

སྒྲོལ་གསེར་འདྲེ་ལ་རིག་པའི་གདངས།

སྒྲུབ་ལྟོང་གྱིས་ཐོབ་པར་ཤོག།

ཅོད་བཟོ་སྒྲིལ་སྤྲོད་ལ་སྤྲོད་ཅི་ཅི་ཅི།

ཞེས་སྤྲོད་གར་བསྐྱར་ལ། དེ་ཡང་མེ་ལོང་རྒྱུ་པོ་འཛོམས་སྒྲུབ་ཐིག་ལེ་ཉལ་གཅིག་
གི་དཔེ་མཆོད་ལ། དངས་ཤིང་གསལ་བ་ཞི་གདངས་འགག་མེད་ལོངས་སྒྲུབ་དང་།
གཟུགས་བརྟན་སྒྲོལ་གསེར་འཆར་བ་ཞི་ཅུལ་སྒྲུབ་ཅིར་ཡང་འཆར་བའི་བདེ་མཆོད་
པའི་དབང་བསྐྱར་བས། ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་བས་བསགས་པའི་སྤྲིག་སྒྲིབ་དག་ཅིང་།
ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་ཐོབ། རྗེ་གསེར་རིམ་གསལ་སྤྲོད་རྒྱུ་བསྒྲུབ་སྤྲོད་
ལ་དབང་། འབས་སྒྲོལ་གྱི་སྒྲུབ་ཐོབ་པའི་ལུས་པ་རྒྱུད་ལ་བཞག་པ་ཡིན་ནོ།

འདི་སྒྲུབ་སྒྲོལ་གསེར་གཞན་དུ་ལས་ཀྱི་ཐུག་རྒྱ་སྒྲོལ་ལ་བརྟེན་པའི་བདེ་སྤྲོད་རྒྱུ་བསྒྲུབ་གི་དབང་
དོན་དོན་པ་ཡིན་ལ། འདིར་གསལ་སྤྲོད་རྒྱུ་བསྒྲུབ་ལ་དོན་པ་སྤྲོད་པ་སྤྲོད། དོན་ལ་བྱུང་མེད་དེ་རང་རིག་ལྟར་
སྒྲུབ་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་རང་དོན་ཤེས་པའི་ཐབས་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབང་དུ་བཞག་པ་ལ་མཐུན་ནོ།

དེ་ནས་དབང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐར་ཐུག་ཆོག་དབང་རིན་པོ་ཆེ་རིག་པ་ཅུལ་
ཀྱི་དབང་ཞི་ཀུན་རྗེ་བཟོས་ཀྱི་དབང་ལ་མི་སྤྲོས་པའི་ཕྱིར། ཡེ་ཤེས་རིག་པ་མཆོག་
གི་རྒྱུད་ཀྱི་དོན་རིམ་གསལ་སྤྲོད་པ་ཡིན་པས། མེས་མ་བཅོས་རང་བབས་སྒྲུབ་
སྤྲོད་ནས་གསལ་འཆལ།

ཧྲིཿ བེལ་མ་ཉིད་གསལ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད།

མེའོ་དུ་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ན།

དབ་རྟེ་མཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་བྱུང།

ལྷན་སྐྱེལ་བས་བདེ་བཅེ།

དེ་ནི་གནས་མཆོག་རིག་པའི་དབང་།

སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད།

མེའོ་དུ་བྱུར་རྟོགས་པ་ན།

ཕྱ་མལ་སྒོ་གསུམ་སྒྲ་གསུང་ཐུགས།

ཅིར་མི་དགོངས་ལ་བྱུག་ས་ཇི་ཆེ།

དེའི་ལྷ་མཆོག་གིས་པའི་དབང་།

སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད།

མེའོང་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ན།

གྲོ་ལྷ་ཡུལ་དང་གཉིས་མེད་མཆོད།

དེ་ནི་མཚོ་དམོག་ས་རིག་པའི་དབང་།

སེམས་ཉིད་གསལ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད།

མེའོང་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ན།

འཕྲོ་དོན་བྱ་བྱེད་ལྟོན་གྱིས་གྱུབ།

དེའི་ཁ།ཞུ་དོན་འི་པའི་དབང་།

མེས་ཀྱི་དགའ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད།

མེ་ལོང་ལྟ་བུར་རྟོགས་པ་ན།

འདྲ་ཤེས་བྲལ་བས་འཁོར་བ་དག།

དེ་ནི་དོང་སྤྱུག་རིག་པའི་དབང་།

ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་དབང་དོན་ནི།

ཐམས་ཅད་ཡེ་མངས་རྒྱལ་པའི་དབང་།

རྟོགས་ཤིང་རང་དབང་རང་གིས་བསྐྱར།

བསྐྱར་ཐོབ་ཅོད་བྲལ་བ་དེ་ཆེན་ཡིན།

ཞེས་གསུངས་པས། འཁོར་འདས་སྣང་སྤྲིད་ཀྱིས་བསྐྱར་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་གི་བྱང་ཆུབ་མེས་ཀྱི་རོལ་པར་རྟོགས་སྤྱིན་ཆད་ཅིར་སྣང་ཅིར་ཁར་ཐམས་ཅད་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོར་མ་སྤྱད་པ་དུལ་ཙམ་ཡང་མེད་ཆོ། ཆོས་ཀྱི་དྲམ་རོལ་བྲལ་གདལ་ཆེན་པོའི་སྤྱོད་པ་ལས་མི་འདའ་བ་ནི་དབང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡང་ཡིན་ལ། མཐོང་ག་ཉམས་ལེན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ཡིན་པས། དེ་ལྟ་བུའི་དོན་ལ་གོམས་པར་བྱས་ཤིག།

༥ དེ་ནས་འགོ་འདུལ་གྱི་དབང་ནི་ཐུབ་བྱ་གདངས་ཅོ་པོ་ལ་ཡུམ་གྱི་སྐྱེའམ་ཡིག་འབྲུའི་ཙ་ག་ལ་ཐོགས་ལ་རིམ་པ་གཞི་བཞུགས་དང་མཐུན་པར་བསྐྱར་རྟེ། དེ་ལྟར་དབང་བཞི་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་མཐའ་རྟོག་འགོ་བའདུལ་བའི་དབང་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པ་འགོ་འདུལ་གྱི་ལྟོགས།

ནམ་པ་ནི་ཡིག་རྒྱལ་རྒྱུ་རྒྱུ་དང་བཅས་པ་འདི་དག་གིས་དབང་བསྐྱུར་བས། འཕགས་
པའི་ལྷ་ཚོགས་དེ་དག་ནམས་དང་དབྱེར་མེད་པའི་ཐུགས་རྗེ་དང་མིན་ལས་ལ་མངའ་
བརྟེས་པར་གྱུར་པའི་མོས་པ་མཛོད།

ཨོ། ལྷ་དབང་བསྐྱུར་བྱེད་སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས།

ལྷ་ནམས་འདུལ་བའི་སྒོག་སྟོང་ཨོ།

ཨོ་བྱུང་ལྷ་ཡི་འགྲོ་བ་ཐུལ།

ལྷ་ཡི་འཁོར་བ་སྟོང་པར་ཤོག།

མ། ཐུགས་བཟང་རིས་ཀྱི་སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས།

ལྷ་མིན་འདུལ་བའི་སྒོག་སྟོང་མ།

མ་བྱུང་ལྷ་མིན་འགྲོ་བ་ཐུལ།

ལྷ་མིན་འཁོར་བ་སྟོང་པར་ཤོག།

ཁི། རྒྱུ་ཐུབ་པའི་སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས།

མི་ནམས་འདུལ་བའི་སྒོག་སྟོང་ཁི།

ཁི་བྱུང་མི་ཡི་འགྲོ་བ་ཐུལ།

མི་ཡི་འཁོར་བ་སྟོང་པར་ཤོག།

པད། མེད་གོ་རབ་བརྟེན་སྒྲུབ་གསུང་ཐུགས།

ཐུལ་མེད་འདུལ་བའི་སྒོག་སྟོང་པད།

པད་བྱུང་བྱོལ་སོང་འགོ་བསྐྱུལ།

བྱོལ་སོང་འཁོར་བ་སྤྲོད་པར་ཤོག།

མེ། བཀ་མཁའ་མཛོད་དྲི་སྐྱ་གསུང་བུགས།

ཡི་དྲགས་འདུལ་བའི་སྒྲིག་སྤྲོད་མེ།

མེ་བྱུང་ཡི་དྲགས་འགོ་བསྐྱུལ།

ཡི་དྲགས་འཁོར་བ་སྤྲོད་པར་ཤོག།

རྒྱུ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་སྐྱ་གསུང་བུགས།

དཔྱལ་བ་འདུལ་བའི་སྒྲིག་སྤྲོད་རྒྱུ།

རྒྱུ་བྱུང་དཔྱལ་བའི་འགོ་བསྐྱུལ།

དཔྱལ་བའི་འཁོར་བ་སྤྲོད་པར་ཤོག།

རྒྱུ། ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་གསུང་བུགས།

བདེར་གཤེགས་འདུལ་བའི་སྒྲིག་སྤྲོད་རྒྱུ།

རྒྱུ་བྱུང་འཁོར་བ་དོར་ནས་སྐྱུག།

སྐྱ་དྲུག་འཁོར་བ་སྤྲོད་པར་ཤོག།

ཨ་མ་ཁྱི་པ་རྒྱུ་རྒྱུ། ཨ་ཁྱི་ཁྱི་རྒྱུ།

ཞེས་བསྐྱར་པོ། །སྐབས་འདིར་སྐྱེ་བ་དུམ་རིམ་སྐྱེ་བ་དང་འབྲེལ་བ་དེ་ཅི་དྲི་བུམ་པས་དབང་བསྐྱར་བ་

ནི་འདི་ཡི་དབང་རྒྱུད་པའལ་ནི་མི་དགོས་མོད་རྒྱུད། དེར་སངས་པུགས་སྤྲོད་ན་བཤེར་དུམ་པ་གཞལ་ལས་ཁང་

གི་ནང་དུ་རིམ་བུ་ཐུགས་ཐེ་ཆེན་པོའི་དོ་བོར་བཞུགས་པ་ནས་སྤྲོད་མའི་ལུས་ལ་ཐིམ་པའི་དམིགས་པ་བྱུང་ཅིང་།

ཕྱི་ ལྷན་པ་རྒྱུ་པོ་སྤྲོས་བྲལ་ཆོས་གྱི་སྐྱེ།
 ཡི་འི་གཞལ་ཡས་ནང་འི་ཡི་དམ་ལྟ།
 རྒྱལ་ས་རྩེ་ཆེན་པོ་འི་ལྷན་པ་འི་དབང་བསྐྱེད་བས།
 སྐྱེ་གསུང་ལྷན་པ་གྱི་དབང་མཆོག་ཐོབ་པར་ཤོས།

ཅེས་ཡིག་དུག་གི་ཇོ་མཆོད་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱར་བའི་བྱ་གྲུབ་སྣང་ངོ་། །དེ་ནས་གཏོར་མ་
 ཐོག་སེལ། གཏོར་མ་འདི་ཉིད་ཡེ་ཤེས་འོད་ལྗང་འབྲིག་སེལ་བའི་གཞུལ་ཡས་ཁང་གི་
 བུད་དུ། འཕགས་པའི་ལྷ་ཆོག་སེལ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐུ་འཛིན་གནས་ལྷ་ནས་ཡེ་ཤེས་
 ཀྱི་འོད་ཟེར་སྣ་ལྷ་འཛོམས་ཏེ་བྱིད་རང་རྣམས་ཀྱི་གནས་ལྷ་རྩེ་མ་པས། དུག་ལྷ་དུག་
 གསུམ་ལས་དང་ཉེན་མོད་སེལ་བྱའི་སྐྱིབ་པ་དང་བཅས་པ་བྱང་ཁིང་དག་ནས།
 སྐྱུ་གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་ཐོན་ལས་ཀྱི་དབང་དང་བྱིན་རླབས་ཡོད་སེལ་རྗེ་གསུམ་ཐོབ་
 པའི་མོས་པ་མཛད་པར་བྱ།

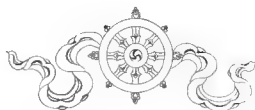
རྩི་ ཚཱ་སྐྱུ་སྐྱུ་བམེད་པ་ལས།
 ཡེངས་སྐྱུ་སྐྱུ་བའི་ལྟ་ཚོགས་པར།
 རྩུགས་ཇི་སྐྱུ་སྐྱུ་བམེད་།
 གཏོར་མ་སྐྱུ་གསུམ་ཡེངས་ཇི་གསུམ་།
 སྐལ་ལྷན་དབང་བཞི་ཡེངས་ཇི་གསུམ་།
 འབྲས་བུ་སྐྱུ་བཞི་མཚོགས་ཐོབ་ཐོབ།
 ཚཱ་མ་ཁི་བདེ་རྩི་རྩི་ལ་ལ་ལ་ཚུ་མ་རྩི་ཁི་རྩི་

ཞེས་བསྐྱར་ཞིང་། གཏོར་མ་དངོས་སྤྲུལ་ཏུ་བརྟེན་པར་བྱལ། །དེ་ལྟར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་
དགྱིལ་ལ་ཁོར་དུ་ཞུགས་ཤིང་དབང་བསྐྱར་ཟབ་མོ་ཐོབ་པའི་དམ་ཆོག་ཏུ། སྤྱིར་འགྲོ་
བ་སེམས་ཅན་ཀུན་ལ་གཤོད་འཆོ་སྤྲོད་ཞིང་པན་པ་ཅི་ལུས་བསྐྱུབ། སྒྲོམ་སྤྱོད་རྗེ་སྤྱོད་
དཔོན་ལ་སངས་རྒྱལ་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་དང་། མཆོད་ལུ་མ་རྣམས་ལ་དགྱིལ་ལ་ཁོར་
ལཱི་འདུ་ཤེས་ཏུ་བརྟེན། བྱང་པར་དུ་སྤྱི་དམ་ཆོག་ཏུ་ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མི་དག་གི་
མཐའ་དག་སྤང་ཞིང་ཕྱག་འཆོལ་སྒྲོར་བ་ལ་སོགས་ལ་འབད་པ་དང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་
པོའི་བསྐྱེད་རིམ་སྒྲོམ། གསུང་གི་དམ་ཆོག་ཏུ་དག་གི་ཉིས་པ་སྤངས་ནས་ཁ་དོན་ཆོས་
སྤྱོད་དང་ཡིག་རྒྱུག་ལ་འབྱུངས། ཐུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་ཏུ་ཡིད་ཀྱི་མི་དག་གི་མཐའ་
དག་སྤང་སྟེ་དག་སྤང་སྤང་ཞིང་སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་བྱུང་འཇུག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་
པར་བྱ་བ་སྟེ། གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་དམ་ཆོག་སྤང་ལ་འབྱུང་སྟེ་གསུངས་ཀྱང་རྩ་བ་འདི་
དག་ཏུ་འདུ་བས་ན། བྱང་དོར་ཚུལ་བཞིན་འབད་པས་རང་ག་ཞན་གྱི་དོན་གཉིས་
འཁྲུབ་པར་མཛད་འཆོལ།

དེ་ནས་ཤིས་བརྗོད་དང་ཆོག་སྤྱི་དག་འཁྲོལ་བྱེད། རྗེས་ཀྱི་ལས་རིམ་མཐའ་དག་གི་སྤྱི་དང་མཐུན་
པར་བྱལ། །དེ་ལྟར་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡང་སྟོང་འདུས་པའི་དབང་བསྐྱར་འདི་འདྲི་རྒྱུ་པར་དབང་བཞི་ཡོངས་
རྗེས་སུ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱུས་པར་བྱེད་ན་ཐུན་མོང་རིག་པའི་དབང་རྣམས་བཞག་པ་ལས། ཡང་དེང་
སང་གསང་སྤྲུགས་འཆོལ་བའི་དུས་དབང་གིས། སྤྱི་བོ་ཙམ་པ་ལ་ཁྲིམ་དབང་ལྟ་བུར་བྱེད་དགོས་པའི་ཆོན།

སྒྲོལ་འགྲོ་གཞན་རྣམས་བཞག་ཚེས་བཤད། སྐབས་མེམས། ཡེ་ཤེས་དབབ་པ་རྣམས་བྱས་ལ། རིག་པ་འི་
དབང་ལ། འགྲོ་འདུལ་གྱི་དབང་དང་། གཏོར་དབང་རྣམས་བྱས་ཀྱང་རུང་བས། མདོར་བློ་བ་དཔོན་ཉིད་
གྱིས་གང་ལག་བ་སྐབས་དང་བསྟུན་ཤེས་པར་བྱའོ།

འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་ཞེས་བླ་མ་འི་ནོ་པོ་ཆེ་རྒྱལ་སྐུ་དབང་ཕྱག་པས་བསྐྱལ་བར་མཛད་པ་ལྟར།
ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་མེས་པའི་བུ་ཕྱེད་པ་སྒྲོལ་གསུང་འགྲོ་འགྲོ་ཆོད་དཔལ་གྱི་རི་བོར་བཀོད་པའི་དགོ་བས།
འགྲོ་ཀུན་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་གོ་འཕང་ལ་འཁོད་པར་བྱུང་ཅིག །ལྷ་ལམ།



ཚུལ་ལྟར་འདི་ཡང་ཉི་ཟླ་འདི་དགུའི་ལོ་ཁོར་བཞིན།
 རྒྱུགས་ཀྱི་ཐ་སྲུ་ཀུན་དུ་གྲགས་སྒྱུར་ཏེ།
 སྤྱོད་ཐོས་པ་སྒྲོ་རབ་ཏུ་རྒྱས་བྱེད་ཅིང་།
 སངས་རྒྱལ་བ་སྐྱུན་པ་དར་ཁིང་རྒྱས་པར་ཤོག། །
 རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་བྱེད་ཀྱོང་ཆེན་རབ་འབྱུངས་གསུངས།

བསོད་ནམས་འདི་ཡིས་ཐམས་ཅད་གཟིགས་པ་ཉིད།
 ཐོབ་ནས་ཉེས་པ་འདི་དག་ནམས་པམ་བྱས་ཤིང་།
 གླིན་པ་འཆིའི་བ་སྒྲོང་འབྱུགས་པ་ཡི།
 སྤྱིད་པ་འདི་མཆོ་ལས་འགྲོ་བ་སྒྲོལ་བར་ཤོག།

འཇམ་དཔལ་དཔལ་འབོས་ཇི་ལྟར་ལ་བྱེད་པ་དང་།
 ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་དེ་ཡང་དེ་བཞིན་ཏེ།
 དེ་དག་ཀུན་གྱི་རྗེས་སྒྱུ་བདག་སྒྲོབ་ཅིང་།
 དགེ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་རབ་ཏུ་བསྒྲོ།

དུས་གསུམ་གཤམས་པའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
 བསྒྲོ་བ་གང་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱབས་པ་དེས།
 བདག་གི་དགེ་བའི་རྩ་བ་འདི་ཀུན་གྱིང་།
 བཟང་པོ་སྤྱོད་ཕྱིར་རབ་ཏུ་བསྒྲོ་བར་བསྒྲི།

སྒྲོལ་ལ་མཆོད་པ་པོ་འདི་དག་མཆོག་གི་གཙོ།
མཐའ་ཡས་འགྲོ་བ་ཀུན་ལ་ཐུག་ཅིང་།
ཀུན་ཏུ་བཟང་པོས་བརྒྱན་པའི་གཞུང་གྲུབ་ཆེ།
དཔལ་ལྷན་གྱིས་ཐུག་པའི་ལུང་ལྷན་པའི་ཤོག།

འདི་བསྐྱབས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡི།
དགེ་བའི་ཅུ་བ་གང་ཐོབ་པ།
དེས་ནི་རྒྱ་བོ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས།
བདེ་གཤེགས་ཤེས་པ་ཐོབ་པར་ཤོག།

འགྲོ་བའི་སྐྱུ་ལ་བསྐྱེད་སྐྱེད་གཅིག་དུ།
བདེ་བ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བའི་གནས།
བསྐྱེད་པ་རྟེན་དང་བཟུང་སྟེ་དང་།
བཅས་ཏེ་ཡུལ་རིང་གནས་སྐྱུར་ཅིག།

བརྟན་པའི་དངལ་སྒྱུར་སྒྲམ་འཁུམ་པ་དང་བརྟན།
བརྟན་འཛིན་སྒྲེས་བུས་སྟངས་ལོངས་ལ་བྱབ།
བརྟན་པའི་སྦྱིན་བདག་མའའ་ཐང་འབྱོར་བརྒྱས།
བརྟན་པ་ཡུན་ཟིང་གཞས་པའི་བཟྱ་ཤིས་ཤོག།

སྟོན་པ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་སུ་བྱོན་པ་དང་།
 བསྟན་པ་ཉི་འོད་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་།
 བསྟན་འཛིན་དཔོན་སྟོབ་དར་ཁིང་རྒྱས་པ་ཡིས།
 བསྟན་པ་ཡུན་རིང་གནས་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

ཁྱེད་ལ་བསྟོད་ཅིང་གསེལ་བ་བཟབ་པའི་མཐུས།
 བདག་སོགས་གང་ན་གནས་པའི་ས་ཕྱོགས་སུ།
 བདག་དོན་དགུལ་ཤོངས་འཐབ་ཅོད་ཞིབ་དང་།
 ཆོས་དང་བཀྲ་ཤིས་འཕེལ་བར་མཛད་དུ་གསོལ།

གང་དུ་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བ་ཐམས་ཅད་དུ།
 མཐོ་རིས་ཡོན་ཏན་བདུན་ལྔ་ཐོབ་པར་ཤོག།
 སྐྱེས་མ་ཐག་ཏུ་ཆོས་དང་འཕྲད་གྱུར་ནས།
 ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་པའི་རང་དབང་ཡོད་པར་ཤོག།

དེར་ཡང་སྤྱོད་མ་དམ་པ་མཉམ་བུས་ནས།
 ཉིན་དང་མཚན་དུ་ཆོས་ལ་སྦྱོད་པར་ཤོག།
 ཆོས་ཐོབ་ནས་ནི་སྤྲོད་པའི་དོན་བསྐྱབས་ཏེ།
 ཆོ་དམ་སྤྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོ་བཀྲལ་བར་ཤོག།

སྤྲིད་པར་དམ་པའི་ཚེས་རབ་རྟོན་བྱེད་ཅིང་།
 གཞན་པ་འབྲུག་པ་ལ་རྒྱུ་དཔ་མེད་པར་ཤོག།
 ལྷ་བས་ཆེན་གཞན་དོན་སྤྲོགས་རིས་མེད་པ་ཡིས།
 ཐམས་ཅད་ཕྱུག་གཅིག་སངས་རྒྱུ་ཐོབ་པར་ཤོག།

བདེ་གཤེགས་སྐྱེས་པ་ཅས་ཀྱུན་གྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་དང་།
 མཇེད་པ་རྟོན་ལམ་མཁྱེན་བཅུ་ལྟེ་ལུས་པའི་མཐུས།
 ལྷ་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ལྡུལ་ཇི་འདྲ་བ།
 དེ་འདྲ་ཁོ་ནར་བདག་སོགས་ལྟར་བར་ཤོག།

ཅི་ན་མོ་བདེ་ལེགས་མཚན་བདེ་ལེགས།
 ཅི་མའི་གྲུང་ཡང་བདེ་ལེགས་ཤིང་།
 ཅི་ན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདེ་ལེགས་པ།
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱིས་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

རྒྱལ་བ་ཀྱུན་གྱི་ཉི་ལམ་གཅིག་སུ་རྟུ།
 རྒྱལ་བས་ཡོངས་བསྐྱེད་ཐེག་མཆོག་རྫོགས་པ་ཆེ།
 རྒྱལ་དབང་དཔྱད་ཅིང་ལུགས་སྤྲུལ་ལྟར་བའི།
 རྒྱལ་བསྐྱེད་སྤྲོགས་མཐར་ཐུབ་པའི་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

བསོད་ནམས་རིཔོ་བཞིན་དུ་བརྟན་པ་དང་།
 རྒྱུད་འཛིན་ཉི་ཟླ་བཞིན་དུ་གསལ་བ་དང་།
 ལྷན་གྲགས་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུར་བྱུང་བ་ཡི།
 བཀྲ་ཤིས་དེས་ཀྱང་དེད་འདིར་བདེ་ལེགས་ཤོག།

མཁའ་སློབ་ཚེས་གསུམ་རིང་ལུགས་ཆེ།
 འཛམ་གླིང་ས་གསུམ་བྱུང་བར་འཕེལ།
 འགོ་རྒྱུད་མཚོག་གསུམ་སྣང་བ་དང་།
 མི་འབྲལ་དུས་གསུམ་དགེ་ལེགས་ཤོག།

རྒྱལ་བའི་བརྟན་པ་དང་ཁིང་རྒྱས་པ་དང་།
 བརྟན་འཛིན་ནམས་ཀྱི་བཞེད་པའི་དོན་ཀྱན་འབྱུང་།
 མ་ལུས་སྐྱེ་བུའི་འགལ་ཏུན་ཀྱན་ཁི་ཁིང་།
 ལུན་ཚོགས་མཐའ་དག་ཡིད་བཞིན་འབྱུང་བྱུང་ཅིག།
 ཅེས་པའང་རིག་པ་འཛིན་པ་འབྱུང་མེད་དོན་མེས་མོ།



པར་བསྐྱུན་དགེ་བའི་ཉིན་བྱེད་གིས།
 རྒྱལ་བསྐྱུན་བསྐྱེད་ཡོངས་སུ་རྒྱས།
 བསྐྱུན་འཛིན་རུལ་ལག་གཉིས་པའི་ཚོགས།
 སུམ་བུའི་སྒྲིབ་དབྱངས་སྒྲོགས་གྱུར་ཅིག།
 བྱེད་པར་ཐེག་ཆེན་དམ་པའི་ཚོས།
 རྒྱུགས་ཀྱི་ཐ་གྱུར་བྱེད་པ་ལས།
 དུས་ཀྱི་རྒྱུད་པ་རབ་རྒྱུ།
 མཆོག་གི་བདེ་ལ་རེག་གྱུར་ཅིག།

ཅེས་དར་ཐང་པ་ཀློག་དགའ་དགེ་ལེགས་ཡེ་ཤེས་དོན་རྒྱུ་སྒྲོལ་ཆོག་དང་བཅས་
 མོ་ཉི་ཡུ་བའི་ཚོས་པར་ཁང་ནས་བོད་བཅོམ་པའི་རྒྱལ་རབས་ལས་སུ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱི་བཅོམ་པ་
 ལ་བྱེད་པའི་ཉིས་སྒྲིབ་བཞི་བརྒྱ་མོ་དགུ་པ་རབ་བྱེད་པའི་རྒྱུ་སྒྲོགས་པའི་སྒྲོལ་བྱེད་པའི་ཚོས་
 (2149)
 བཅོམ་པར་པར་དུ་བཏབ་སྟེ་དོར་གདན་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་པདྨའི་དུང་དུ་སྒྲུབ་སྟེ་མའི་སྒྲོལ་
 ལ་མཆོག་མོ་ཐངས་མོ་བཞི་པའི་སྐབས་དེར་འཕགས་ཆོགས་སྐྱེད་རྒྱས་པའི་ཁབས་ཀྱི་དུང་དུ་ཆོས་ཀྱི་
 མཆོད་སྒྲིབ་མི་ཟད་པའི་རྒྱུ་མཆོད་ཆེན་པོ་འདི་ཉིད་ཆོགས་གཉིས་མ་ལུས་པ་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་རྒྱས་ཏེ་
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྐྱུན་པ་རིན་པོ་ཆེ་འཛིན་རྟེན་གྱི་ལམས་ཀློག་རྒྱུ་ཉི་ཟླ་བཞི་བུ་གསལ་ཁོད་ནས་མ་ལུས་
 བཞིན་དུ་ཀློག་པ་བྱེད་དུས་ནས་དུ་ཡང་རྒྱུ་མི་ཆད་པའི་ཕྱིར་དུ་ལུལ་བ་དགེ་ལེགས་འཕེལ།
 སུམ་མདུན་ལོ།

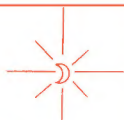
དགེའོ། དགེའོ། དགེའོ། །

[illegible]

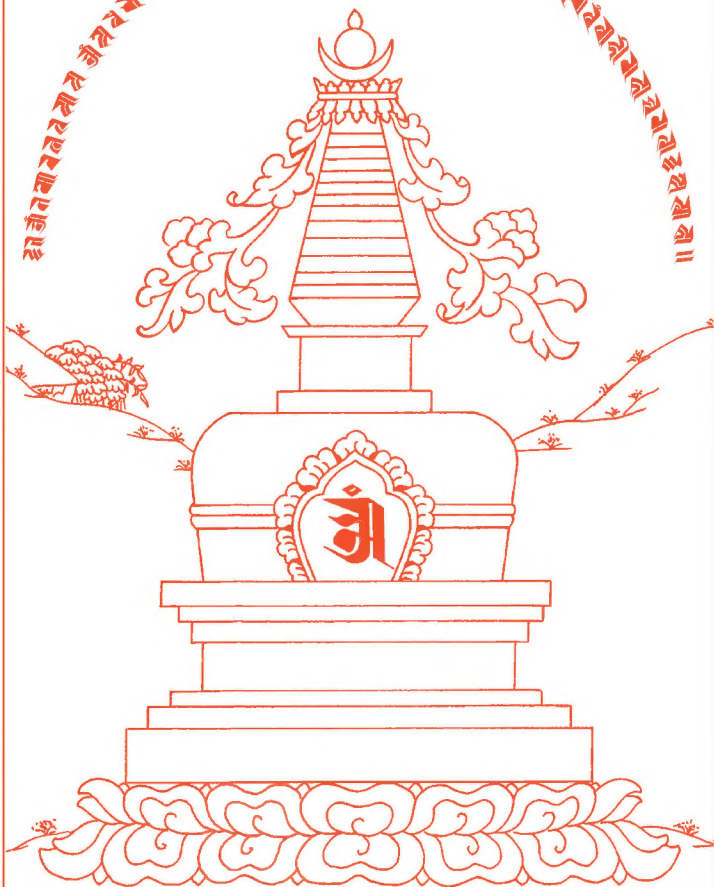
[illegible]

[illegible]

[illegible]



ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥



ॐ नमो भगवते वासुदेवाय ॥



ཐེག་ཆེན་བསྟན་དར་འགྲོ་བམས་བདེ་ལ་འཁོད། །བསྟན་འཛིན་སྐྱོ་ཆེ་ཐིག་ལས་མཐར་ཕྱིན་ཅིང་།

ཕྱོགས་དུས་གནས་སྐབས་དགེ་ལེགས་ལུ་རྩོམ་གསའམེལ།

མ་ལུས་ཀྱན་བཟང་དཔོངས་པའི་གྲོང་གྲོལ་ཤོག།



ཡེ་ཤེས་ཐུང་འཛིན་སྐྱོན་ཁང་།
YESHE DE PUBLICATIONS, USA